

# MLADÝ OBRÁNCE VLASTI



VYDALA  
ÚSTŘEDNÍ RADA  
PIONÝRSKÉ  
ORGANIZACE SSM  
V NAKLADATELSTVÍ  
MLADÁ FRONTA  
23-048-84 14/76  
CENA BROŽOVANÉHO  
VÝTISKU 18 Kčs

## ZÁJMOVÝ ODZNAK

# MLADÝ OBRÁNCE VLASTI

*(Rady a pokyny vedoucím pionýrských oddílů  
ke přípravě pionýrů  
na získání zájmového odznaku  
Mladý obránce vlasti)*

Vydala ústřední rada PO SSM v nakladatelství Mladá fronta  
Praha 1984

### Kdo organizuje a řídí činnost oddílu při získávání zájmového odznaku

Pro úspěšné vedení zájmově zaměřeného oddílu, který se rozhodl plnit podmínky zájmového odznaku, je rozhodující iniciativní a vynalézavý organizátor. Může jím být pouze vedoucí s pionýrskou i odbornou kvalifikací, který splnil pionýrské minimum a III. kvalifikační stupeň pro pionýrské pracovníky. V případě zájmově zaměřeného oddílu, rozvíjejícího činnost prostřednictvím družin, je třeba, aby kromě oddílového vedoucího měla každá družina odborného instruktora.

### Plánování činnosti

Předpokladem úspěšné činnosti zájmově zaměřeného oddílu jsou měsíční a celoroční plány oddílu. Musí v nich být zachycen obsah i forma činnosti družin v oddíle i podíl oddílu na jednotlivých úkolech. Pro plnění podmínek zájmového odznaku je třeba uskutečnit jednou týdně dvouhodinovou schůzku družiny, alespoň dvakrát měsíčně oddílovou schůzku v sobotu nebo v neděli a každý rok se jako celek zúčastnit alespoň čtrnáctidenního letního tábora.

Východiskem pro sestavení jednotného plánu oddílu jsou požadavky zájmového odznaku, odpovídající věku členů oddílu, a podmínky odpovídajícího Plamene a Cesty.

### Podmínky plnění zájmového odznaku

Předpokládaná doba na splnění požadavků zájmového odznaku určitého stupně je stejně jako u Plamenů a Cest 1 rok. O tom, jak jednotliví členové oddílu při plnění podmínek postupují, vede si vedoucí oddílu evidenci. Těm pionýrům, kteří splní všechny požadované podmínky zájmového odznaku i Plamenů nebo Cest, je při slavnostní příležitosti na konci roku nebo na letním táboře předán zájmový odznak. Předání odznaku je vyvrcholením ročního úsilí a musí být proto významnou událostí, která pomůže získat i další pionýry k následování. Odznak proto předává vedoucí skupiny, vedoucí tábora nebo vedoucí oddílu za hromadné účasti pionýrů.

Při plánování činnosti podle zájmového odznaku dbejte na to, aby podmínky praktického a naučného charakteru byly v rovnováze a aby byly úměrně rozloženy na vhodnou roční dobu. Oddíl by se měl zúčastňovat i soutěží vyhlášených ÚV PO SSM a zapojovat se do akcí a oslav místního či okresního charakteru. Svou aktivní účast v těchto akcích by měl zaměřit na předvedení všech znalostí a ostatních výsledků svého úsilí

o získání zájmového odznaku. Obzvláště cenným je tvořivý projev pionýrů, jemuž je třeba dát potřebný prostor při všech plánovaných akcích.

Členové zájmových pionýrských oddílů, kteří současně navštěvují zájmový útvar (kroužek) stejného zaměření (ve škole, DPM, při společenské organizaci apod.), mohou se i zde připravovat na plnění některé podmínky zájmového odznaku. Splní-li některou z podmínek, může jim být vedoucím zájmového pionýrského oddílu uznáno splnění této podmínky na základě písemného potvrzení od zájmového útvaru (kroužku).

Soubor požadavků zájmového odznaku není však určen jen pro oddíly se zaměřením zájmové činnosti Mladých obránců vlasti, ale může být využit i jako soubor podnětů pro všestranně zaměřené oddíly, které si mohou vybrat pro svou činnost náměty i z několika zájmových odznaků. Tim je umožněno dosáhnout většího rozsahu a pestrosti v práci oddílu, který nemá podmínky pro plnění tohoto zájmového odznaku, nebo se nechce dlouhodobě zaměřovat jen na tento druh zájmové činnosti. Jestliže však oddíl vybere z požadavků jen některé náměty, nezískají jeho členové zájmové odznaky.

### Materiální podmínky pro činnost zájmově zaměřeného oddílu

Pro nacvičování a plnění podmínek zájmového odznaku potřebuje mít oddíl vhodný prostor (cvičiště, střelnici, klubovnu), nástroje, nářadí, výstroj, přístroje, názorné pomůcky, literaturu apod.). Získat všechny potřebné podmínky, prostory a pomůcky z vlastních zdrojů bude většinou nespílitelné. Proto bude vhodné požádat o pomoc školu, DPM, patronátní útvar, zařízení nebo závod a dohodnout časově i věcně zapůjčení a použití materiálu.

Poskytování materiální pomoci a kádrové pomoci pionýrským oddílům při rozvoji jejich zájmové činnosti je zakotveno v dohodách ÚR PO SSM s řadou organizací, sdružených v Národní frontě ČSSR.

### Podmínky zájmového odznaku

## MLADÝ OBRÁNCE VLASTI

### 1. stupeň

1. Ví, proč má ČSSR armádu, pohraničnický, příslušníky SNE a Lidové milice. Zná jejich stejnokroje a vojenské hodnosti.
2. Seznamuje se v oddíle s revolučními a bojovými tradicemi ČSLA a ostatních ozbrojených složek.
3. Ví, kdy vznikla Varšavská smlouva. Zná její poslání a účastnické státy.
4. Umí vysvětlit poslání pomocné stráže VB, pomocníků pohraniční stráže, členů ČsČK, členů SPO, členů Svazarmu.
5. V průběhu činnosti oddílu prokáže zdatnost splněním limitů odznaku zdatnosti BBPOV.
6. Zúčastní se soutěže O partyzánský samopal a jedné branné hry v terénu.
7. Navštíví s oddílem svůj patronátní útvar nebo jednotku ozbrojených sil ČSSR a zúčastní se besedy.
8. Zná a dodržuje zásady osobní hygieny, ošetření oděvu, obuvi a jejich správnou volbu pro pobyt a pohyb v terénu.
9. Zná zásady tísňového volání (telefonní čísla k přivolání záchranné služby, VB, požárníků, první pomoci).
10. Prokáže znalost pravidel bezpečnosti při přesunu oddílu po veřejných komunikacích a při přepravě v hromadných dopravních prostředcích.
11. Pomáhá při organizaci branné soutěže nebo branné části některého z dnů celostátní branné hry Vždy připraven.
12. Volitelná podmínka.

### 2. stupeň

Volitelné obory:

- a) mladý obránce vlasti,
- b) mladý strážce hranic,
- c) mladý ochránce veřejného pořádku,
- d) mladý požárník,
- e) mladý zdravotník.

1. Zná označení druhů vojsk ČSLA a MV. Poznává podle označení na stejnokroji dobrovolného pracovníka a pracovníka z povolání u požárníků a zdravotníků.
2. Seznámí se spolu s oddílem s hlavními událostmi protifašistického odboje v Československu, zejména se Slovenským národním povstáním a Květnovým povstáním českého lidu.
3. Prostřednictvím besed v oddíle se seznamuje se současnou mezinárodní situací a světovým mírovým hnutím.
4. Prokáže znalost úkonů zachraňujících život, zejména obnovy dýchání, zástavy zevního krvácení, vzniku poúrazového šoku.

### a) Mladý obránce vlasti

5. Při činnosti oddílu se seznamuje s hlavními druhy zbraní a bojové techniky. Dovede vysvětlit základní rozdíly mezi pistolí, puškou, samopalem a kulometem. Dokáže provést rozborku a sborku samopalu.
6. Ovládá základy sebeobranu, krytí, maskování a plížení v terénu a hod granátem na cíl (podle limitů pro věkové kategorie).
7. Ví, co znamená pojem státní a vojenské tajemství a proč nesmí být vyzrazeno.
8. Prakticky ovládá zásady spojení a šifrování.
9. Seznámí se s účinky zbraní hromadného ničení a ochrany proti nim.
10. Zná druhy vojenských škol a požadavky na studium na těchto školách.
11. Zúčastní se dvou soutěží celostátní branné hry Vždy připraven a dalších akcí, pořádaných v jeho oboru.
12. Volitelná podmínka.

### b) Mladý strážce hranic

5. Při činnosti oddílu se seznamuje s hlavními druhy zbraní a bojové techniky. Dovede vysvětlit základní rozdíly mezi pistolí, puškou, samopalem a kulometem. Nacvičuje a ovládá střelbu ze vzduchovky.
6. Ovládá základy sebeobrány, krytí, maskování a plížení v terénu, hod granátem na cíl (podle limitů pro věkové kategorie).
7. Zná zásady vstupu do hraničního pásma, průběh pásma v terénu, ví, jak postupovat při zajištění narušitele.
8. Ovládá základy stopování. Prokáže schopnost nepozorovaně sledovat neznámou osobu a po uplynutí jedné hodiny ji správně popsat.
9. Zná mezinárodní poznávací značky používané v silniční dopravě.
10. Zná způsoby navázání spojení s útvarem Pohraniční stráže, Veřejné bezpečnosti, Československé lidové armády.
11. Zúčastní se dvou soutěží celostátní branné hry Vždy připraven a dalších akcí pořádaných v jeho oboru.
12. Volitelná podmínka.

### c) Mladý ochránce veřejného pořádku

5. Zná historii SNB. Dokáže vysvětlit společenské poslání příslušníků SNB v socialistické společnosti, zná jejich hodnotní označení, výstroj i výzbroj.
6. Prokáže znalost platné vyhlášky federálního ministerstva vnitra o pravidlech silničního provozu (zejména ustanovení pro cyklisty a chodce a ustanovení o dopravních nevhodách). Dokáže vysvětlit použití státních a mezinárodních poznávacích značek a zná SPZ používané v ČSSR.
7. Ví, co je přestupek, přečin, trestný čin. Zná zásady snímání otisků prstů, zajišťování stop a jejich význam.
8. Prokáže, že umí řídit provoz na dětském dopravním hřišti. Organizuje jednotnou dopravní hru nebo soutěž.
9. Ví, jak se zachovat při zjištění případu protispoločenského chování (např. krádeže, výtržnictví, poškozování veřejného zařízení). Pomáhá při opravách a údržbě dopravních značek.
10. Upozorňuje své spolužáky na dodržování základních pravidel silničního provozu, zejména pro chodce. Podle podmínek se účastní kontrolních hlídek VB spolu s příslušníky VB nebo Pomocné stráže VB.
11. Zúčastní se dvou soutěží CSBH Vždy připraven a dalších akcí, pořádaných v jeho oboru.
12. Volitelná podmínka.

10

### Rady a náměty k plnění jednotlivých podmínek

## Poznááme naši slavnou historii i současnost

NAŠE NÁRODY mají slavnou a bohatou minulost, v níž se zračí boj lidu za národní a sociální svobodu. Tento boj byl vítězně dovršen. Vybíjeli a vybudovali jsme si opravdu svobodný, bohatý socialistický stát, v němž si lid sám vládne.

Vtěsnat historii tohoto boje do několika stránek příručky pro plnění zájmového odznaku není možné. Přestože obsah této části je uspořádán tak, aby události měly určitou časovou posloupnost, není zdaleka úplným přehledem historie bojů našeho lidu. Je pouze souhrnem základních odpovědí na otázky, jež jsou stanoveny jako jedna z podmínek pro získání odznaku Mladý obránce vlasti. Pokud zájem pionýrů přeroste tento rámec, je třeba využít dalších pramenů.

### Proč má ČSSR vojáky, pohraničníky, požárníky a zdravotníky

"K budování a obraně socialistické vlasti — buď připraven!" Tak zní heslo Pionýrské organizace Socialistického svazu mládeže, a my je chceme naplnit činy. Vycházíme ze současného stavu budování vyspělé socialistické společnosti, jež dává každému občanu právo na práci, na vzdělání, na uplatňování vlastních vědomostí, dovedností a umožňuje mu šťastný, materiálně i duševně bohatý život.

Naši pionýři se připravují ve školách a ve svých oddílech nejen na budování, ale i na obranu své vlasti. Až dospějí, budou z nich dělníci, zemědělci, techničtí a vědecktí pracovníci, budou konat nejrůznější povolání a zastávat rozličné funkce. Zdraví a schopní chlápci vykonávají základní nebo náhradní vojenskou službu v Československé lidové armádě nebo ve vojenských ministerstva vnitra, mnozí se budou v dobrovolných organizacích připravovat na poslání požárníků a zdravotníků. Tyto odbornosti však jsou dostupné i dívkám a podle známých zkušeností dosahují mnohá děvčata v těchto profesích velmi dobrých výsledků.

Všechny své plány na vybudování bohaté, šťastné a svobodné vlasti uskutečňujeme ve spolupráci s dalšími socialistickými státy. Ve světě však existuje mnoho jiných zemí, kde dosud vládne kapitalisté, kteří si nepřejí mír a spolupráci. Pokoušejí se všemožně narušit pokojný vývoj i v naší zemi, vysílají na naše území své špióny, záškodníky a provokatéry,

12

### d) Mladý požárník

5. Ví, jak zacházet s běžnými hořlavými látkami, zná způsoby jejich hašení. Zná zásady instalace lokálních topidel a zásady pro skladování hořlavých kapalin a plynů v obytných budovách.
6. Zná nejběžnější příčiny požárů v obytných budovách a způsob jejich odstraňování. Zúčastní se s dospělým požárníkem ukázkové prohlídky nebo s oddílem požárních hlídek na ochranu přírody.
7. Zná druhy ručních hasicích přístrojů a ovládá jejich použití. Umí zacházet s jednoduchými hasicími prostředky.
8. Pozná a popíše základní technické prostředky, používané při likvidaci požárů a nakreslí jejich technické značky.
9. Umí předvést cvik hadicí rozvinut a svinout podle cvičebního řádu požárníků, vyšplhat do výšky 4 m, spustit se po lanu z výšky 5 m, překonat bariéru vysokou 1,5 m a přeskóčit 2 m široký příkop.
10. Podílí se v oddíle na provádění agitace, zaměřené na požární prevenci v různých ročních obdobích.
11. Zúčastní se dvou soutěží celostátní branné hry „Vždy připraven“ a dalších akcí, pořádaných v jeho oboru.
12. Volitelná podmínka.

### e) Mladý zdravotník

5. Zná zásady osobní hygieny a hygieny prostředí. Ví, co škodí lidskému organismu, co je epidemie. Zná běžné nemoci přenášené zvířaty.
6. Zná stavbu a činnost lidského těla a ústrojí krevního, dýchacího, trávicího, pohybového a nervového.
7. Prokáže prakticky znalost obvazové techniky a ošetření zlomenin.
8. Ví, jak předcházet nehodám a úrazům a umí pečovat o nemocného.
9. Prokáže znalost zdravotnických termínů: anatomie, fyziologie, biologie, prevence, transfúze, infekce.
10. Umí poskytnout první pomoc při stavech bezprostředně ohrožujících život.
11. Zúčastní se dvou soutěží celostátní branné hry Vždy připraven a dalších akcí pořádaných v jeho oboru.
12. Volitelná podmínka.

11

připravují se k vyvolání války, pokoušejí se narušit naši pokojnou cestu vpřed. S některými jejich činy a akcemi se mohou pionýři seznámit v Muzeu SNB a vojsk ministerstva vnitra v Praze. Jejich snaze o pronikání na naše území brání příslušníci Pohraniční stráže, a to zvláště na hranicích s Německou spolkovou republikou a s Rakouskem. Pohraničníci konají službu buď jako vojáci základní služby, jako vojáci v další službě, anebo z povolání. Naš vzdušný prostor sledují a brání příslušníci protivzdušné obrany, součástí ČSLA. Také ostatní vojáci jsou připraveni ochránit naši vlast před útoky nepřátel ze vzduchu i ze země. Na tento úkol se připravují ve vojenských školách a u útvarů, jež jsou rozmístěny na nejrůznějších místech Čech, Moravy i Slovenska. Naším ozbrojeným silám velí nejkvalitnější vojáci, kteří prošli boji na frontách s nepřitelem. Ministrem národní obrany je armádní generál Martin Dzúr, ministrem vnitra ČSSR Vratislav Vajnar.

Naše životy a majetek však ohrožují a ničí také požáry, povodně a ostatní přírodní živly, mnoho lidí je dlouhodobě vyřazeno nemocemi a úrazy. Proti tomuto nebezpečí bojují předběžnými opatřeními (prevencí) a v případě potřeby účinnými zásahy naši požárníci a zdravotníci. Nejúčinnějším bojem jsou opatření k zamezení vzniku požárů, povodní, úrazů a infekčních nemocí. A právě v tomto směru mohou velmi účinně pomáhat i naši nejmladší budovatelé a obránci vlasti — pionýři.

Společným úsilím vojáků, požárníků, zdravotníků a jejich mladých kamarádů zabezpečíme ochranu a obranu všeho, co jsme společným úsilím vybudovali.

### Pokyny k praktické činnosti

— Navštivte s pionýry Muzeum SNB a vojsk ministerstva vnitra v Praze, upozorněte pionýry na hlavní zaměření práce vojáků, pohraničníků, příslušníků SNB a vojsk ministerstva vnitra, práci požárníků a zdravotníků.

— Zorganizujte besedu s příslušníkem ČSLA (PS OSH, požárníkem, lékařem, členem ČsČK).

— Vyhlaste soutěž o vyhledání vhodného článku pro náš týdeník, pojednávajícím o práci a zásluhách našich vojáků, pohraničníků, požárníků, zdravotníků, příslušníků SNB nebo LM.

13

## Historie husitského hnutí

Jistě každý pionýr ví, jaký znak mají všichni důstojníci ČSLA na svých náramenících. Jsou to dva zkřížené palcáty. To proto, že mohutný palcát byl zbraní a současně odznakem velitele husitských vojsk. Československá lidová armáda navázala na husitské tradice proto, že husitská vojska byla první opravdu lidovou armádou, bojující za osvobození poddaného lidu z feudální nadvlády, armádou bránící práva nejprostšího lidu, chudiny proti církevní hierarchii, panstvu a ostatním vykořisťovatelům. Dokázala svým revolučním nadšením i netradičním způsobem boje porazit početnější a mnohem lépe vyzbrojená křížácká vojska, sehnaná z národů celé Evropy. Chamtivost a ziskuchtivost křížáckých velitelů narazila na nezištnost, jednotu a dobrovolnou kázeň husitů. Čím více se křížácká vojska snažila nahradit vojenské úspěchy násilím, pálením, zvěrství a vražděním bezbranného obyvatelstva, tím sílila nenávisť a rostlo odhodlání husitů v boji za spravedlivou věc. Husité bojovali za zničení feudalismu a za vytvoření beztřídní společnosti. Jen vítězství mohlo zlepšit jejich beznadějně postavení poddaných a nemajených.

Pokrokovému hnutí odpovídal i pokrokový vojenský řád, který vznikl přibližně na jaře roku 1420. Jeho ustanovení kontrastují se zásadami tehdejších evropských válečníků, jejichž hnací silou byla touha po kořisti, zásadou boje úskok, podstatou jednání krutost, lež, násilí nejen proti nepřátelským vojskům, ale i proti neozbrojenému obyvatelstvu.

„Kdo chce rádně bojovati, mají se těchto věcí varovati,“ čteme hned pod záhlavím husitského řádu, v němž se dále každému bojovníku ukládá:

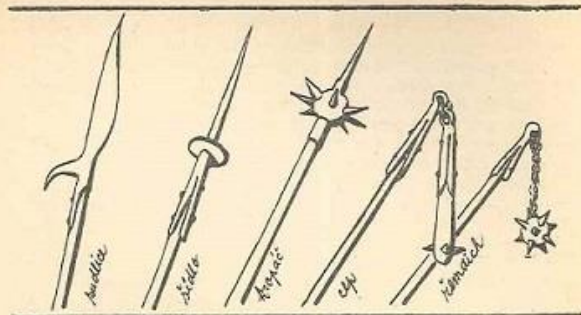
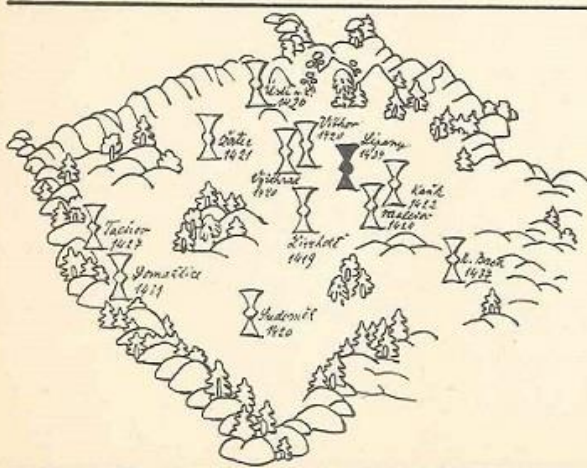
- varovati se každé nepravosti,
- varovati se od zlosti, nemstíc se potupením nižádného svého bezpráví,
- nepostupovat své místo ze strachu, neboť tím jest posilován nepřítel,
- neždat kořisti v průběhu boje (tzn. nerabovat, nekrást),
- mstíce se za chudé, neodpouštět bohatým bez ohledu na známosti, osobní přízeň nebo příbuzenské vztahy,
- varovati se marné chvály (tzn. nechlibit se),
- býti poslušni vůdce nebo správce vyvoleného v boji,
- získanou kořist rozdělovat mezi strotky a vdovy

a mnoho dalších pokrokových ustanovení. Jedenáctý článek doslovně praví: „Také nechceme trpěti mezi sebou nevěrných, neposlušných, lhářův, lajců“ (tzn. pomlouváčů).

K pokrokovým zásadám patřil i správný výběr vojevůdců,

kteří svým rodem, ale zvláště myšlením a činy odpovídali požadavkům chudiny. Nejslavnější vojevůdce Jan Žižka z Trocnova byl nebohatým zemanem, který se zřekl svého majetku a žil jako rovný s rovným s ostatními bojovníky. Jan Želivský byl neobklonným mluvčím pražské chudiny. Jan Hvězda z Vicemilic byl jedním z moravských vůdců husitů. Žižkovým nástupcem v boji i v myšlení se stal Prokop Holý (Velký), hrdinným vojevůdcem, který se nevzdal do poslední chvíle boje, byl legendární Jan Roháč z Dubé. Byl popraven s dalšími 59 hrdiny dne 9. září 1437 v Praze na Staroměstském náměstí. Vůdce zbytků husitských vojsk Jan Jiskra z Brandýsa bojoval i proti Turkům na území Uher. V dějinách husitských válek se dočtete i o Břeňkovi Švihovském, Chvalovi z Machovic, Mikulášovi z Husí, Bohuslavu ze Švamberka, Pardusovi z Hrádku, Bedřichu ze Strážnice, Janu Čapkovi ze Sán, který se svými bojovníky dojel až k Baltskému moři a o dalších.

## Hlavní husitská bojiště v Čechách



Husitské zbraně

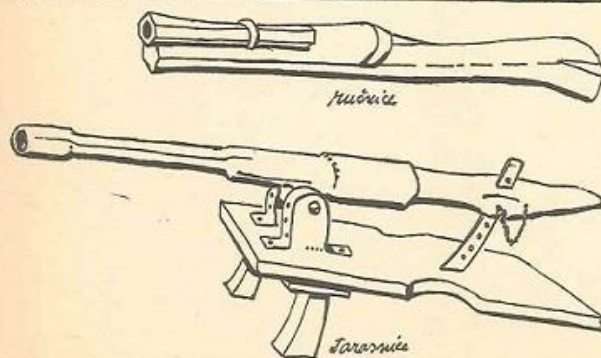
Husitská vojska byla pokroková i ve válečnickém umění. Důvtip jejich vojevůdců, spjatost s lidem, dovednost ve střídání obrany, útoků a dlouhých pochodů, ve využívání terénu, počasí, denní i noční doby, „chladných“ i palných zbraní, momentů překvapení i psychologických účinků v mnohém připomínají boje partyzánů a mohou nám dodnes sloužit za příklad vojenské taktiky. Hlavní jejich silou bylo vědomí boje za spravedlivou věc. Řídili se heslem: „Nepřítel se nelekejte, na množství nehleďte.“ A skutečně vítězili často i nad mnohonásobnou přesilou. Zatímco v bitvě u Ústí klesají bojem a vedrem vyčerpaní nepřátelé, husitské bojovníci snáží tyto tvrdé podmínky, pronásledují a ničí nepřítel. Jindy, kdy převaha nepřátel je mnohonásobná a počet střelných zbraní nedává potřebnou hustotu palby, stavějí husité na užší frontě několiknásobnou vozovou hradbu, o níž se pak postupně rozrážejí čela útočících nepřátelských hord. Zúžením válčité vrůstá husitská palebná síla a malá šíře frontálního útoku nedovoluje nepříteli využít početní převahy. Známá je i lest Žižkových vojsk v bitvě u Sudoměře. Když Jan Žižka opustil se čtyřmi sty bojovníky, sestrami a práčaty Píseň, byl na cestě do Tábora zaskočen přesilou 2000 mužů. Vybral pro obranu takové místo na hrázi rybníka, které dovovalo nepříteli pohyb jen na úzkém pruhu suché země. Královská jízda „železných pánů“, oděná v těžké brnění, spoléhala na svou převahu. Pozdě odpoledne 25. března napadla hrstku husitů.

Hnala své koně úzkou šíjí mezi rybníky i přes rybník Škaredý, v té době vypuštěný. Kopyta koní se však propadala do bahna a nepřátelé, kteří seděli s koni, byli v mohutném brnění těžkopádní. Jejich krunýře a přilbice praskaly pod úderem cepů a řemidů husitských bojovníků, kteří lehce oděni, snadněji se pohybovali. Žižkovi bojovníci nejenže uhájili hradbu, ale vyrazili proti nepříteli, rozprášili jeho šiky a uvolnili si cestu k dalšímu pochodu.

Zbraně husitů nebyly žádným zvláštním vynálezem. Husitská vojska používala kopí, sudlic, mečů, hákovnic, ručnic, kuší, tarasnic a houfnic. Dovedné využití těchto zbraní i běžného seiského nářadí přizpůsobeného k boji, jejich masové nasazení na vhodném místě, ve vhodném čase a jejich mistrné ovládnutí, bylo základem úspěchu husitských bojovníků.

Proto také některé naše současné zbraně nesou jména zbraní husitských a po vzoru husitů se učíme i jejich mistrnému ovládnutí. A tak až potkáte našeho vojáka, na jehož náramenících jsou palcáty, na jeho čepici státní znak ve tvaru husitského štítu a na jeho hrudi odznak vzorného vojáka, třídňovní specialisty nebo dokonce vyznamenání, uvědomte si, že jste potkali pravého potomka husitů.

## Palné zbraně husitů



#### Pokyny k praktické činnosti

- Navštivte Vojenské historické muzeum v Praze na Hradčanech.
- Vyhlaste soutěž ve zhotovení modelů husitských zbraní.
- Připravte nástěnku k některému z výročí husitských vítězství.
- Organizujte společnou četbu nebo besedu o knize A. Jiráka Proti všem nebo některé jiné knížky o husitech.
- Zahrajte si v terénu na husity. Při hře bude část představovat obránce vozové hradby, část pionýrů husitskou jzdou.

#### Českoslovenští rudoarmejci a interbrigadisté

Pracující na celém světě vždy toužili po lepším uspořádání společnosti, po spravedlnosti, skutečné rovnosti, svornosti a bratrství. Pokusy o svržení vládnoucích tříd však byly málo organizované, chyběla mezinárodní spolupráce, a proto končily zpravidla porážkou. Češi a Slovinci se rovněž pokoušeli o vytvoření spravedlivého státu a nejuvědomělejší z nich pomáhali i jiným národům v boji za pokrok a svobodu. Světovou stránku našich novodobých dějin tvoří například boj československých rudoarmejců za obranu 1. dělnickorolnického státu po Velké říjnové socialistické revoluci a pomoc čs. interbrigadistů v boji španělského lidu.

V období VRSR žilo na sovětském území kolem 300 000 českých a slovenských vojáků, kteří jako příslušníci rakousko-uherské armády byli v bojích zajati nebo sami přešli do ruského zajetí. Kromě těchto vojáků žila na Ukrajině v oblasti Volyně početnější menšina tzv. Volynských Čechů. Po skutečném říjnové revoluce vstupovala nejuvědomělejší část z nich do řad rodící se Rudé armády, která bojovala proti bělogvardějcům (carské vojsko) i zahraničním interventům.

Významnou roli při získávání českých a slovenských dobrovolníků hrály levicové sociálně demokratické organizace, z nichž nejpočetnější byla kyjevská a petrohradská. Při jejich sloučení v květnu 1918 a vytvoření Československé komunistické strany na Rusi byla přijata rezoluce, vyzývající české a slovenské proletáře, aby vstoupili do řad Rudé armády. Někteří čs. rudoarmejci se zúčastnili již útoku na Zimní palác a bojů o sovětskou moc v Moskvě a Petrohradě. K masovému přechodu čs. dělníků a rolníků do oddílů Rudé armády došlo zvláště po únoru 1918, kdy ukrajinská sovětská vláda povolila ustavit Socialistickou armádu z československých vojáků.

18

člen ústředního výboru KSC, soudruh Alexandr Bubeníček, který později sám ilegálně opustil Československo, aby vstoupil do roty čs. dobrovolníků.

Z počátku bojovali naši dobrovolníci rozptýleně ve španělských milicích, později ve smíšených oddílech mezinárodních brigád. 2. prosince 1936 byla vytvořena Gottwaldova četa, bojující v sestavě praporu Čapajev. Její příslušníci bojovali u Teruelu, Motrilu, Orjiva a v horách Sierra Nevada, později svedli těžké boje o město Valsequillo a Granpuelu.

Po příchodu dalších dobrovolníků vznikla dělostřelecká baterie Klementa Gottwalda, jež se zúčastnila bojů o Madrid, Brunette, v Aragonu, na teruňské frontě a ve Valencii. V létě roku 1937 byla zformována další dělostřelecká baterie Josefa Májka, jež mimo bojů u Brunette, páčila na fašisty u Los Blasgues, La Graña, Medica. K husitským tradicím se vrátila kulometná rota, která přijala název Jan Žižka. S její pomocí se podařilo internacionálnímu praporu Dimitrov zastavit útok fašistů na Madrid. Tato rota svedla hrdinný boj o město Quinto a Belchitte, v nichž dosáhla významných vítězství. Jako velitel čety zde bojoval i poručík Ignác Spiegel, který svým hrdinským činem, zničením nepřátelského kulometného hnízda, umožnil postup celému praporu. Tento hrdina, právě tak jako i Vendelín Opatrný a další bojovníci, se o několik let později znovu střetl s fašistickým nepřítelem jako dobrovolník v čs. jednotce v SSSR.

Celkem se zúčastnilo bojů ve Španělsku 3000 československých dobrovolníků, kteří pochopili heslo KSC, že „u bran Madridu se bojuje i za Prahu“. Z nich plně dvě třetiny padly, ve snaze zachránit Evropu před uchvácením nebezpečným fašismem. Stali se příkladem a vzorem pro ostatní, kteří v následujících letech 2. světové války bojovali na mnoha frontách i v zájmu proti novodobým otrokářům.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Připravte na nástěnku mapku míst, kde bojovali čs. rudoarmejci.
- Vyhledejte v místě, kde váš oddíl působí, jména rodáků, kteří se zúčastnili bojů v řadách Rudé armády nebo internacionálních jednotek ve Španělsku.
- Sbírejte fotografie a obrázky z bojů čs. rudoarmejců a interbrigadistů.

20

V tomto též měsíci se zúčastnilo již několik set čs. rudoarmejců dobytí Kyjeva. Mnoho dalších bojovalo v sestavě internacionálních jednotek na voroněžské frontě, na jihu proti Krasnovovi, u Novočoperska, Carycinu a za osvobození Simbirsku.

1. československý revoluční pluk Rudé armády, který se vytvořil v květnu 1918, působil při potlačení vzpoury v Saratově. Koncem května svedli příslušníci tohoto pluku nerovný boj s přesilou československých legionářů, které jejich reakční vedení zneužilo k pokusu o svržení sovětské vlády v Penze. U Chabarovska bojovala v té době čs. rudoarmejská jednotka v síle 200 mužů, která vznikla až v dalším Vladivostoku. Dalšími místy bojů čs. rudoarmejců jsou Syzraň, Samara, Kazaň, Ufa. Mnoho Čechů a Slováků bojovalo na východní frontě v Čapajevově divízi. Když pak Rudá armáda zahájila protiúder a vyhnala Kolčaka ze země, tvořilo několik set Čechů a Slováků společně s Maďary, Čiňany, Němci, Rumuny a Rusy nejpočetnější jednotku v sovětském Rusku, tzv. Internacionální brigádu. Z této jednotky, po vítězných bojích, přešlo mnoho čs. rudoarmejců do Donské divize, jež se později stala součástí legendární 1. jezdecké armády S. M. Buďonného. Celkem 12 000 těchto bojovníků se blilo společně s jednotkami Rudé armády a s partyzánskými oddíly proti kontrarevoluci i zahraniční intervenci Němců, Francouzů, Angličanů i Japonců. Jména mnohých Čechů a Slováků vyslovuje sovětský lid se stejnou úctou, jako jména ostatních svých hrdinů. Patří k nim například jméno Jaroslava Štrobacha, který se stal později generálem a velel několika sovětským divizím, jméno Jaroslava Haška, Čeňka Hrušky a dalších. Se jmény čs. rudoarmejců se setkáte i v daleké střední Asii. Čech Arnošt Kužela například velel největší internacionální jednotce Rudé armády, Ferganské jezdecké brigádě, v Turkestánu.

V roce 1920 se vrátila většina čs. rudoarmejců do své vlasti. Předávali své zkušenosti, pomáhali při uvědomování ostatních dělníků a rolníků. Ve své vlasti však v té době nestačil dostatečný podpora pro své pokrokové myšlenky. Brzy po válce se v Československu ujala moc buržoazie a snažila se, aby pokrokové činy čs. rudoarmejců upadly v zapomnění.

Tradice bojů za práva pracujících však žily dál a uvědoměli dělníci se k nim vraceli stále častěji, čím více sílilo nebezpečí fašismu ve světě. V roce 1936, kdy fašističtí pučisté rozpoutali občanskou válku ve Španělsku a pokoušeli se za pomoci německých a italských interventů svrhnout španělskou demokracii, odešla řada českých a slovenských dobrovolníků pomocí španělskému lidu. Nábor dobrovolníků organizoval

19



Španělsko — prostor a místa bojů čs. interbrigadistů

#### Bojová cesta čs. vojenské jednotky v SSSR

S okupací Československa hitlerovskými vojsky v březnu 1939, s rozsáhlým okleštěním našeho území a vytvořením tzv. Protektorátu Böhmen und Mähren po odtržení Slovenska, převážná většina Čechů a Slováků nesouhlasila. Z evropských států jedině Sovětský svaz nabídl pomoc a později ve smlouvě, podepsané 18. 7. 1941 mezi SSSR a ČSR, zakotvil souhlas s tím, aby na území Sovětského svazu byly z československých státních příslušníků vytvořeny vojenské jednotky pod velením, které jmenuje československá vláda v soulase s vládou sovětskou. Tato úmluva se stala právním základem vzniku a činnosti našeho vojska v SSSR.

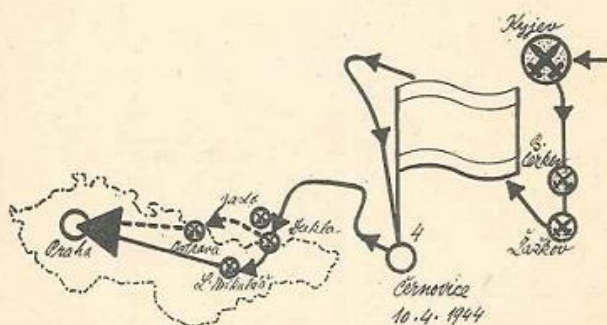
12. prosince 1941 převzal tehdejší podplukovník Ludvík Svoboda od městské správy poduralského městečka Buzuluk objekty pro čs. vojenskou jednotku. Základ velitelského a inženýrského sboru tvořilo 88 vojáků, kteří do SSSR přišli přes Polsko, další dobrovolníci se hlásili zvláště po zveřejnění výzvy v rozhlase a tisku. Při ustavení vojenské jednotky hrálo

21

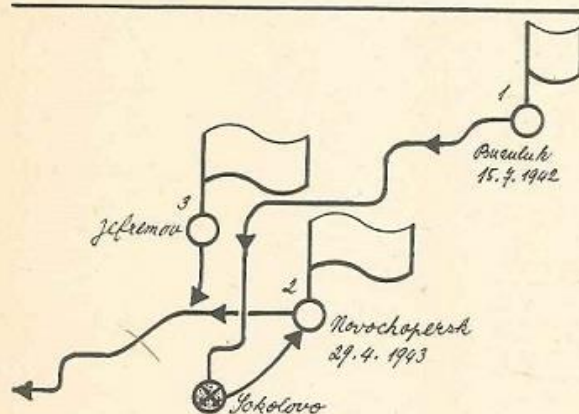
důležitou roli moskevské vedení KSC v čele s Klementem Gottwaldem, které ujednocovalo názory a získávalo všechny příslušníky pro společný boj proti fašismu.

2. prosince 1942 uskutečnil 1. čs. samostatný prapor, který v té době měl téměř 1000 dobrovolníků závěrečné cvičení, a na žádost jeho příslušníků byl odeslán na frontu. Prvním bojovým křtem prošel jeho příslušníci při obraně přechodu přes řeku Mži, v prostoru Timčenkov, Mirgorod, Artuchovka, Sokolovo. V tomto boji dne 8. 3. 1943 se vyznamenala zvláště 1. rota nadporučíka Otakara Jaroše, která bránila předem nastavení v Sokolově. Za pomoci sovětských dělostřelců ubránila přechody přes řeku, zničila 19 nepřátelských tanků, 6 obrněných transportérů a vyřadila téměř 400 hitlerovců. V boji padlo 89 soudruhů, mezi nimi i velitel roty Otakar Jaroš, který byl za svůj hrdinský čin posmrtně povýšen na kapitána a jako první zahraniční voják vůbec, byl vyznamenán Zlatou hvězdou hrdiny SSSR.

Vítězný boj našich vojáků u Sokolova byl prvním, zdaleka však ne posledním střetnutím s nepřítelem. 4. května nastoupil prapor pochod do Novochooperska, kde se vytvořila 1. čs.

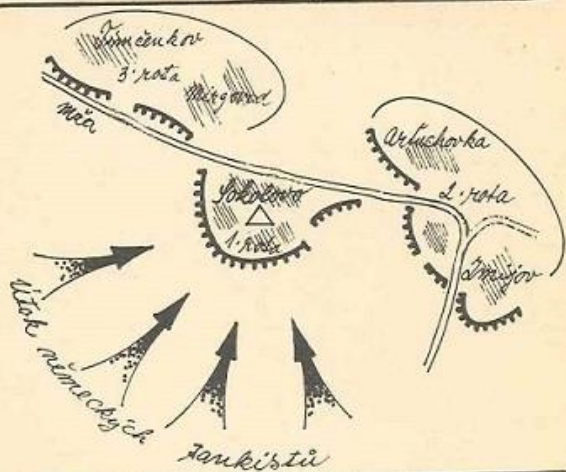


samostatná brigáda v SSSR. Vedle dvou pěších praporů vznikl v rámci této brigády i tankový prapor, 2 dělostřelecké oddíly, protiletadlová baterie, rota velkorážních protiletadlových kulometů a další jednotky. Velení nad brigádou převzal opět plukovník Svoboda a vedením osvětové výchovy byl pověřen komunista, štábní kapitán dr. Jaroslav Procházka. Mnoho vojáků prošlo sovětskými vojenskými učilišti a školami. 12. září byla brigádě předána bojová zástava, pod níž všichni příslušníci složili přísahu.



Bojová cesta čs. jednotky v SSSR:

- 1) 1. čs. samostatný prapor, 2) 1. čs. samostatná brigáda, 3) 2. čs. samostatná paradesantní brigáda, 4) 1. čs. armádní sbor



Mapka boje 1. čs. samostatného praporu u Sokolova

Z Novochooperska se brigáda přesunula do blízkosti hlavního města Ukrajiny Kyjeva, o něž 5.—6. listopadu 1943 svedla boj společně s vojáky 38. armády generálplukovníka Moskalenka. Při útoku, jehož výsledkem bylo osvobození Kyjeva, padlo 30 čs. vojáků, brigáda ztratila 4 tanky, 1 kulomet, několik pušek a samopalů. V tomto boji se zvláště vyznamenali a byli za svou odvahu poctěni titulem Hrdiny SSSR poručík Antonín Sochor a podporučík Richard Tesařík. Sama brigáda byla vyznamenána řádem Suvorova II. stupně a čs. medailí Za chrabrost, 140 vojáků obdrželo vysoká sovětská vyznamenání, 345 příslušníků Československý válečný kříž 1939. Velitel brigády Ludvík Svoboda byl za své zásluhy povýšen do hodnosti brigádního generála.

Zatímco ze slovenských vojáků, kteří dobrovolně přešli k Rudé armádě, se vytváří jádro 2. čs. samostatné brigády, pokračuje 1. brigáda v bojích. 30. prosince 1943 vyhání elitní

německé jednotky SS 1 s tanky a samohybnými děly z Rudy, na Nový rok 1944 zahajuje útok na Bílou Cerkev, které dobývá v součinnosti se sovětskými vojáky 74. střelecké divize. Za toto vítězství, na jehož počest bylo 4. ledna 1944 vypáleno v Moskvě dvanáct salv ze 124 děl, byla 1. čs. samostatná brigáda v SSSR vyznamenána Řádem Bohdana Chmelnického I. stupně.

Příchů dalšími dobrovolníky umožnil vytvoření dalších jednotek, jež byly zařazeny do 1. čs. armádního sboru v SSSR, za jehož kolébku možno považovat Chernovice. Součástí 1. čs. sboru se staly 1., 3. a 4. pěší brigáda, 1. tanková a 1. výsadková brigáda, dělostřelecký a náhradní pluk, stíhací letecký pluk (od ledna 1945), smíšená letecká divize, ženijní, spojovací, průzkumný a silniční prapor a další štábní a pomocné jednotky. Koncem dubna 1944 měl sbor 18 000 vojáků, v době osvobození dosáhl 60 000 bojovníků. Na žádost čs. vlády v Londýně byl velitelem sboru jmenován generál Kratochvíl, který později pro neúspěšné řízení boje, byl velení zbaven a nahrazen osvědčeným velitelem Ludvíkem Svobodou.

1. čs. armádní sbor v SSSR se zúčastnil spolu se Sovětskou armádou rozhodujících bojů za osvobození Československa. 1. stíhací pluk a 2. výsadkové brigáda byly vyslány na pomoc Slovenskému národnímu povstání. V září a říjnu 1944 sváděl naši vojáci boje na přístupech k hranicím a 6. října vstoupili na území Československa. Do prosince vedli těžká střetnutí o výšiny Karpat, než zaujali obranu na řece Ondavě, aby se připravili k dalšímu boji. V té době pomohl naši dělostřelci a tankisté v průlomů na Jaso, severně od našich hranic. Po zahájení rozsáhlé ofenzivy Sovětské armády se podařilo našim vojákům osvobodit řadu obcí, zvláště v horských oblastech severního Slovenska. Hlavní boje probíhaly v prostoru Liptovského Mikuláše, kde hitlerovci vybudovali velmi silná opevnění a obsadili je elitními jednotkami. Po dlouhých, úporných a krvavých bojích, které trvaly od 30. března do 4. dubna 1945, se čs. jednotky krátkým a rychlým úderem zmocnily Liptovského Mikuláše a hned v následujícím dni osvobodily i Ružomberok. 3. praporu 1. brigády, který nesl hlavní tíhu boje, byl za jeho zásluhy udělen čestný název Liptovský.

Mimořádných úspěchů dosáhla i 1. čs. samostatná tanková brigáda, která byla v březnu 1945 začleněna do ostravské operace. V ofenzivě, která trvala až do 15. dubna, dobyli její příslušníci řadu polských měst a obcí, než vstoupili na území své vlasti. V těchto bojích padl i velitel 2. tankového praporu ka-

ptán Štefan Vajda, který byl za svou odvahu posmrtně poctěn titulem Hrdina Sovětského svazu a vyznamenán Leninovým řádem. Při záchraně mostu přes Ostravici, který Němci podminovali a chystali se jej zničit, padl i odvážný mladý dělník Miloš Sýkora. Stal se příkladem hrdinného boje mládeže proti okupantům.

Výstavba čs. vojenské jednotky v SSSR, její růst, boje a vítězství, jsou úzce spjaty se jménem armádního generála, pozdějšího prezidenta ČSSR, Ludvíka Svobody. Tento trojnásobný hrdina ČSSR a hrdina SSSR, tělem i duší voják, vlastenec, již v létě 1939 odešel do Polska a později do SSSR, aby bojoval se zbraní v ruce za osvobození vlasti. S pomocí moskevského vedení KSČ překonal intriky čs. londýnské buržoazní vlády, která se stavěla proti výstavbě početnějšího vojenského tělesa a proti jeho přípravě k účasti v bojích po boku Sovětské armády. Od února 1942 budoval bojeschopnou vojenskou jednotku a předával vojákům své velitelské zkušenosti. Byl národním velitelem a věrným přítelem Sovětského svazu, nezklamal ani v nejtěžších chvílích. V době, kdy probíhaly rozhodné boje o osvobození Československa, byl za mimořádné zásluhy jmenován ministrem národní obrany. Po osvobození neúnavně pokračoval v budování nové Československé lidové armády. Po odchodu z vojska pracoval aktivně v mnoha politických a společenských funkcích. V letech 1968 až 1975 byl prezidentem ČSSR, na XIII. a XIV. sjezdu KSČ byl zvolen za člena ústředního výboru strany. Celý svůj život zasvětil boji za svobodu a bezpečnost našich národů a nezapomenutelně se vryl do srdce všech, kteří ho znali.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vytvořte nástěnku oddílu, jejímž obsahem bude bojová cesta 1. čs. armádního sboru v SSSR, hlavní místa bojů, fotografie hrdinů, popis jejich činů, modely zbraní našich vojáků, mapky bojů apod.
- Organizujte četbu knihy L. Svobody Z Buzuluku do Prahy a uspořádejte besedu k jejímu obsahu.
- Navštivte společně Vojenské historické muzeum v Praze na Vítkově, Muzeum ostravských bojů, památník na Dukle, výstavu nebo jinou akci se vzpomínkou na boje příslušníků 1. čs. armádního sboru v SSSR.
- Vydejte se s oddílem po cestách bojů.
- Uspořádejte besedu s příslušníkem 1. čs. armádního sboru v SSSR.

26

město Duklu, dále o Hyrowu horu, kde se zvláště vyznamenali naši tankisté, o osadu Barwinek a o vlastní Dukelský průsmyk. Byly to velmi těžké boje, neboť hitlerovci měli dosti dobře vybudovaná obranná postavení, množství těžkých zbraní, zaminované cesty a přístupy k jejich obraně, a snadno mohli palbou ovládat široké okolí.

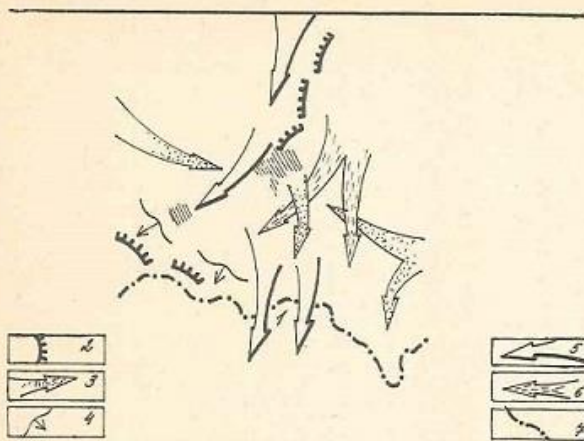
6. října 1944 vyrazila průzkumná skupina 2. praporu 1. čs. brigády, vedená četařem K. Nebeljakem, směrem k naší hranici a již v 6 hodin ráno jí skutečně dosáhla. Vztyčila na prvním malém osvobozeném kousku země Československou státní vlajku. Ještě téhož dne vstoupila vojska 1. čs. armádního sboru v SSSR do Vyšného Komárniku. Vítězství na Dukle se stalo přesvědčivým důkazem československo-sovětského přátelství a předzvěstí brzkého osvobození celé naší vlasti.

Mimo Den ČSLA slaví náš lid 15. ledna Den čs. raketových vojsk a dělostřelectva na počest neobyčejného úspěchu našich dělostřelců u Jasla v roce 1944, 17. dubna Den Sboru národní bezpečnosti a 11. července Den Pohraniční stráže, tedy v den, kdy Národní shromáždění přijalo v roce 1951 zákon o ochraně státních hranic. Dnem čs. letectva se pak stalo 17. září, kdy v roce 1944 přistál 1. čs. samostatný stíhací letecký pluk v SSSR na polním letišti Zolná u Zvolena a některé jeho části na povstaleckém letišti Tri duby v blízkosti Sliače, jako první zahraniční vojenská jednotka na půdě naší vlasti.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Připravte oslavu Dne ČSLA společně s nejbližší vojenskou posádkou.
- Vyhleďte na mapě místa, kde probíhaly boje, jež se staly základem slavných dnů našich vojáků.
- Vyhleďte v knihách nebo časopisech popis hrdinských činů našich vojáků při osvobození vlasti.

28



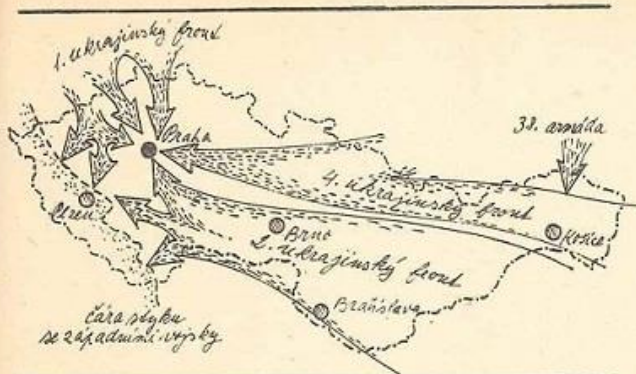
Postup jednotek 1. čs. armádního sboru v SSSR při bojích o vstup na území ČSR: 1. Dukelský průsmyk, 2. nepřátelská obranná postavení, 3. nepřátelské protiútoky, 4. boje čs. jednotek, 5. směr útoku 1. Čs. armádního sboru v SSSR, 6. směr útoku Sovětské armády, 7. Čs. státní hranice

#### Významné dny našich ozbrojených sil

Každým rokem dne 6. října oslavuje Československá lidová armáda a spolu s ní všichni náš lid DEN ČSLA na počest vstupu 1. čs. armádního sboru v SSSR na území naší vlasti. Spolu s vojáky slaví tento den i naši pionýři jako Den mladých obránců vlasti, neboť i oni se chtějí stát po vzoru hrdiných bojovníků pevnou záštitou naší svobody.

Ke vstupu příslušníků 1. čs. armádního sboru v SSSR na naše území došlo v rámci karpatsko-dukelské operace, jež byla uskutečněna Rudou armádou na pomoc Slovenskému národnímu povstání. Tato operace probíhala od 8. září 1944 ve třech obdobích. Naši vojáci bojovali v rámci 38. armády 1. ukrajinského frontu na směru hlavního úderu. Na území Polska to byly zvláště boje o obce Machnovku, Wrocanku,

27



Operace Sovětské armády k osvobození Československa

#### Podíl SSSR na osvobození Československa

Sovětský lid je nejvěrnějším přítelem českého a slovenského národa. V dobách pro nás nejtěžších stál vždy po našem boku, nikdy nezklamal naše naděje. Jako jediný stát byl ochoten přispěchat na pomoc a zabezpečit nedělitelnost našeho území a naší svobodu po podepsání mnichovského diktátu západními „spojenci“ s Německem. Po úplné okupaci Čech a Moravy (vytvoření protektorátu Böhmen und Mähren) a zřízení tzv. samostatného slovenského státu pod patronací fašistického Německa přijal sovětský lid na svém území Čechy a Slovák, kteří se rozhodli bojovat za osvobození své vlasti. Po vypuknutí války na východě jim dal k dispozici objekty, zbraně i ostatní materiál pro zformování první vojenské jednotky v Buzuluku a větších útvarů v Novochoopersku, Jefremově, Černovicích, Proskurově a dalších městech. V sovětských školách se učili naši vojáci bojovému umění pod vedením nejzkušenějších velitelů Rudé armády.

Také Československému domácímu odboji pomáhali sovětské soudruzi vysláním skupin instruktorů, shazováním zbraní, střílna, trhavín, radiostanic a dalšího vojenského materiálu. Po vypuknutí Slovenského národního povstání vydalo sovětské velení rozkaz všem velitelům partyzánských svazků a oddílů,

29

aby poskytli pomoc. Po této výzvě přešlo z Polska na Slovensko 9 partyzánských jednotek a bylo vysazeno celkem 15 skupin partyzánských organizátorů o počtu 270 osob. Leteckou cestou bylo dodáno celkem 460 kulometů, 1702 samopalů, 200 protitankových pušek a 2050 pušek obyčejných, 3 700 000 nábojů a jiná zbraň. Další zbraň a vojenský materiál byly dopraveny jinými cestami. Sovětskými letadly bylo do prostoru povstání přepraveno 1855 příslušníků 2. čs. paradesantní brigády s více než 360 tunami materiálu. Rozhodující pomocí však bylo zahájení neplánované východokarpatské operace Sovětské armády, jíž se zúčastnila vojska 1. a 4. ukrajinského frontu a rozhodující měrou přispěla k osvobození naší vlasti. Sovětská armáda však uskutečnila k osvobození Československa kromě této operace 5 dalších, z nichž poslední skončila osvobozením Prahy. V období od listopadu do 31. prosince 1944 to byla ofenzíva 4. a 2. ukrajinského frontu na jihovýchodním Slovensku, jíž se zúčastnilo téměř půl milionu vojáků. Tato vojska pak pokračovala od 12. ledna do 1. března 1945 v tzv. západokarpatské operaci, jež osvobodila zbývající část jihovýchodního Slovenska a značnou část středního Slovenska. Ostravská operace 4. ukrajinského frontu, jež probíhala od 10. března do 5. května, osvobodila celé Ostravsko a velkou část severního Slovenska. Ve dnech 25. března až 5. května byla uskutečněna bratislavsko-brněnská operace, jež zasáhla i velkou část Moravy. Nejrozsáhlejší operací, do níž bylo zasazeno 2 100 000 sovětských vojáků, 2120 tanků, přes 4000 letadel a 30 000 děl, byla pražská operace, která ve dnech 6.—11. května přispěla na pomoc Květnovému povstání českého lidu a jež znamenala nejen úplné osvobození naší vlasti, ale i ukončení 2. světové války v Evropě.

Sovětský svaz však nepamahal pouze při osvobozování naší vlasti, ale i při její výstavbě, při obnově a rozvoji našeho národního hospodářství. Sovětské lidé jsou našimi nejvěrnějšími a osvědčenými přáteli, s nimiž společně budujeme socialismus v obou našich zemích.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Navštivte místa, kde bojovali nebo padli sovětské vojáky při osvobozování naší vlasti, položte na těchto místech květiny.
- Vypátrejte, kterého dne a kterou jednotkou byla osvobozena vaše obec.
- Vyhledejte pamětníka doby osvobození vaší obce a uspořádejte s ním besedu.

30

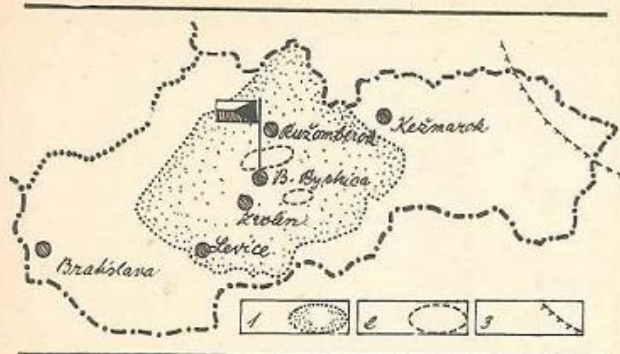
První partyzánské skupiny vznikaly zvláště na Slovensku a na Moravě v místech s hlubokými lesy a těžko přístupnými horami. Úspěchy partyzánských výpadů a diverzní činnosti odbojových skupin vedly k růstu tohoto hnutí. Na růst partyzánského hnutí měly kladný vliv úspěchy Sovětské armády na frontách a vyslání zkušenských soudruhů Karola Šmídkeho a Rudolfa Vetišky z moskevského vedení KSČ, jako hlavních organizátorů, na pomoc odbojovým pracovníkům. Do partyzánských oddílů vstupovali i sovětské vojáky, kteří uprchli ze zajetí, odborné rady poskytovali sovětské instruktoři, vysazení z letadel na naše území.

Hlavními akcemi partyzánů a odbojových skupin bylo ničení tratí, mostů, telefonních linek i nepřátelských zbraní a dopravních prostředků, tištění a rozšiřování ilegálních novin a letáků, jež pravdivými zprávami posilovaly víru v konečné vítězství. V Čechách vycházelo ilegální Rudé právo, Předvoj, Aktiv, Do boje, Hlasy z podzemí, Zpravodaj, Svědomí a další, na Slovensku pak Pravda, Hlas ľudu, Morho, Iskra, Kladivo, Slovenský partizán, Partizán, Zprávy KTK a jiné.

V Čechách a na Moravě působily partyzánské a odbojové skupiny zvláště v Podbrdsku, Beskydech, na Hané, Českomoravské vysočině, na Ostravsku, Hradecku. Na Slovensku již před vypuknutím Slovenského národního povstání bylo v akci kolem 8000 partyzánů.

Rostoucí odboj a přiblížení se Rudé armády k našim hranicím vytvořil podmínky pro hromadné otevřené vystoupení. 29. srpna 1944 vypuklo Slovenské národní povstání, jehož střediskem se stala Banská Bystrica. Vlády se ujala Slovenská národní rada a národní výbory. Byla vyhlášena všeobecná mobilizace, v níž nastoupilo do zbraně 45 000 slovenských mužů. Bojů se zúčastnily i 2000 českých vlastenců, kteří přes zákaz a hrozbu smrti přešli hranice protektorátu. Dalšími účastníky povstání bylo 15 000 partyzánů, 2. výsadková brigáda a 1. čs. stíhací letecký pluk, vyslané 1. čs. armádním sborem v SSSR na pomoc, a další jednotky. Ani tato rozsáhlá pomoc však nemohla zabezpečit dlouhodobé udržení poměrně malého prostoru proti mnohonásobné přesile elitních, silně vyzbrojených hitlerovských jednotek, jež útočily z několika směrů. Po dvouměsíčním odporu byli nejvytrvalejší povstalcí zatlačeni do hor, kde bojovali proti nepříteli ve velmi těžkých podmínkách až do příchodu Rudé armády. Slovenské národní povstání mělo nejen značný vojenský význam, ale bylo především důležitým politickým činem, neboť se jím většina národa přihlásila otevřeně k obnově Československé republiky

32



Slovenské národní povstání: 1. území ovládaná povstalcí při vypuknutí SNP, 2. poslední území povstalců před přechodem na partyzánský způsob boje, 3. průběh východní fronty k 20. 10. 1944

#### Boj českého a slovenského lidu za osvobození

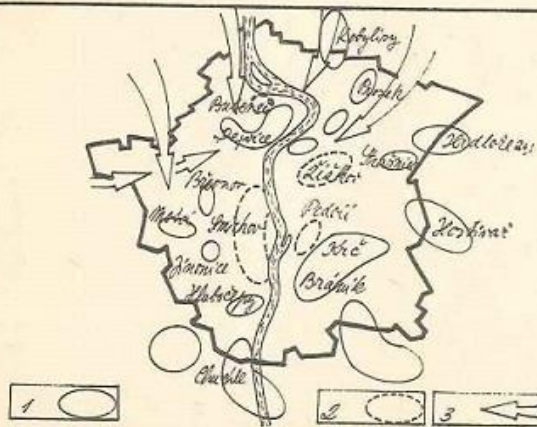
Zrada západních spojenců, zvláště Anglie a Francie, okupace Čech a Moravy a odtržení Slovenska, v němž se ujala mocí klerofašistická Tisova vláda, byly pro náš pracující lid těžkým úderem. Odvážní vlastenci však neskládali ruce v klín a přes pronásledování, věznění a popravy dávali najevo svůj nesouhlas, bojovali všemi způsoby proti okupantům. Rozhodující složkou v domácím odboji byla ilegální Komunistická strana Československa, která vytvořila rozsáhlou organizační síť a zvláště po napadení Sovětského svazu Německem rozvinula širokou agitační akci, v níž vyzývala všechny vlastence a antifašisty k aktivnímu boji, nabádala k shromažďování zbraní a k zakládání odbojových a partyzánských skupin. Na Slovensku připravila spolu s dalšími protifašistickými skupinami Vyhlášení k slovenskému národu, jež vyzývalo lid k přípravě generální stávky a k ozbrojenému povstání. V důsledku toho vznikaly revoluční národní výbory, odbojové a partyzánské skupiny, na Slovensku pak „Jánošíkovské družiny“.

31

jako sociálně spravedlivého státu dvou bratrských, rovnoprávných národů Čechů a Slováků, a k bratrské spolupráci s národy Sovětského svazu. Tím se Slovenské národní povstání stalo i počátkem národní a demokratické revoluce, která v roce 1948 přerostla v revoluci socialistickou.

Také v Čechách a na Moravě sílilo odbojové hnutí úměrně s přiblížením se Rudé armády a začátkem května přerostlo v Květnové povstání českého lidu. Ve dnech 1. až 5. května dochází v řadě míst, jako např. v Přerově, Semilech, Nymburce, Kladně a jinde, k přejímání moci revolučními národními výbory, začínají ozbrojená střetnutí s okupanty a ustupujícími jednotkami jejich armády. Ve Vsetíně se postavili do čela povstání partyzáni z brigády Jana Žižky a urychlili osvobození města postupujícími jednotkami 1. čs. armádního sboru.

Hlavní bojové akce v Praze: 1) 5.—7. května, 2) 9. května 3) směr postupu Sovětské armády



33



Hlavním místem povstání však byla Praha. Zde došlo k prvním ozbrojeným strážkám již 4. května. Lidé začali hromadně odstraňovat německé nápisy a na domech se objevily československé a rudé prapory. 5. května vzplanul boj o hlavní budovu rozhlasu. Odtud se vlastenci obrátili s výzvou k povstání ke všemu českému lidu. Proti pohybu hitlerovských jednotek začali povstalci stavět barikády, zmocnili se skladů a železničních vozů se zbraněmi, ozbrojili část německých vojáků. Byla obsazena hlavní pošta, telefonní ústředna, elektrárna, mosty a další důležité objekty. O Prahu vzplanul lítý boj, v němž fašisté nelítostně vraždili muže, ženy i děti a ničili nejcennější památky. Na pomoc povstalcům přispěchali sovětské vojáky až od Berlína, prorazili hitlerovské postavení v Krušných horách a 9. května Prahu osvobodili. Hlavní zásluhy na tom měli vojáci 1. ukrajinského frontu, jehož velitelem byl maršál Sovětského svazu I. S. Koněv, tankisté 3. a 4. gardové tankové armády, generálplukovníků P. S. Rybalka a D. P. Lejušenka.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte výpravu po místech bojů SNP nebo Květnového povstání českého lidu.
- Zorganizujte besedu s pamětníkem bojů.

#### Historie vzniku Lidových milic

Po osvobození v roce 1945 si chtěl lid uspořádat vlast podle svých představ. Místo starostů a pánů radních převzaly v obcích vládu národní výbory, došlo k znárodnění bank, došlo a velkých továren, půda největších velkostatkářů a těch, kteří spolupracovali s okupanty, byla rozdělena mezi bezzemky a majordolníky. To se však kapitalistům a statkářům nelíbilo. Chtěli obnovit svou vládu a moc. Proto se chystali provést kontrarevoluční puč, za pomoci zbraní odstranit pokrokové představitelky v čele s Kl. Gottwaldem z vlády a zabrzdit dosaďadní vývoj. Komunisté se však obrátili s výzvou ke všem dělníkům a rolníkům, aby zabránili návratu panství kapitalistů. Na sjezdu závodních rad a sjezdu rolnických komisí se jasně ukázalo, že většina lidí si přeje pokračovat v nastoupené cestě. Své odhodlání k obraně vydobytých práv projevili 23. února i jednohodinovou varovnou generální stávkou, při níž vypochoďovali ozbrojení dělníky do pražských ulic. Tyto

ozbrojené skupiny dělníků spolu s příslušníky SNB zabránily buržoazii v násilném uchopení moci a staly se základem Lidových milic. Jejich hromadné vystoupení zabránilo krveprolití. Dělníci si své závody ubránili a stali se důležitou ozbrojenou složkou, která brání naši cestu k socialismu. Příslušníci Lidových milic vykonávají své poslání dobrovolně ve svém volném čase, zdokonalují se v ovládnání zbraní a pomáhají v plnění úkolů i v udržování pořádku. Existence Lidových milic je nejlepším důkazem, že v našem státě vládne lid sám sobě. Většina jednotek LM úzce spolupracuje s mládeží a pomáhá pionýrům v branné výchově.

#### Pokyny k praktické činnosti

Navazte spolupráci vašeho oddílu s nejbližší jednotkou LM, uspořádejte společnou oslavu Únorového vítězství pracujícího lidu.

#### Poslání našich ozbrojených sil a složek, požárníků a zdravotníků

Naše ozbrojené síly mají různá jména, ústroj, označení, avšak stejné poslání — chránit náš pracující lid a jeho majetek proti vnějším i vnitřním nepřítelům a zabezpečit mír pro jeho budovatelskou práci, přispívat k dalšímu rozvoji naší socialistické společnosti.

K našim ozbrojeným silám a složkám patří zvláště Československá lidová armáda, Sbor národní bezpečnosti a vojska ministerstva vnitra, jejichž součástí je i Pohraniční stráž. Ozbrojeným sborem, chránícím naše závody, ale i vnitřní klid a pořádek, jsou i Lidové milice. Ochranu životů, zdraví a majetku však pomáhají významnou měrou zabezpečovat i požárníci, zdravotnická zařízení s mnoha lékaři a zdravotnickými pracovníky a také příslušníci Československého červeného kříže. V úsilí těchto složek chtějí pomáhat i naši pionýři.

Československá lidová armáda navazuje na pokrokové tradice hnutí, na hrdinství československých rudoarmejců, interbrigadistů a příslušníků 1. čs. armádního sboru v SSSR. Jejím posláním je zabezpečit nedotknutelnost našeho státního území, chránit společně s ostatními armádami států Varšavské smlouvy západní hranici socialistického společenství a vychoďovat a připravovat občany ČSSR k boji s nepřítelům. Vojska civilní obrany, jež jsou součástí ČSLA, zabezpečují ochranu všeho obyvatelstva především proti vzdušnému na-

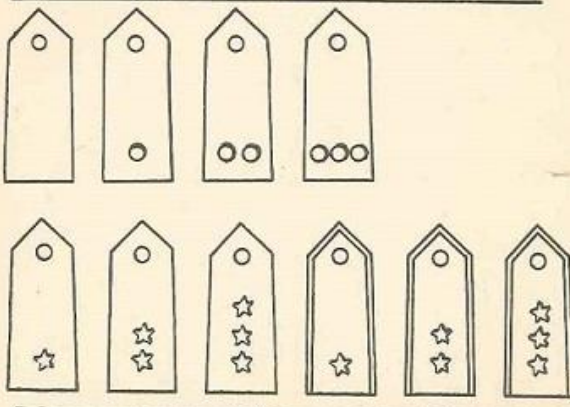
padení a účinkům zbraní hromadného ničení a seznamují veškeré obyvatelstvo se způsobem ochrany. V míru účinně zasahují při živelných pohromách k záchraně životů i majetku. Příslušníci ČSLA nosí zelené stejnokroje barvy khaki, při výcviku pak polní stejnokroje, jež jim umožňují nepozorovaný pobyt a pohyb v terénu a chrání je před nepohodou. Pro slavnostní příležitosti oblékají šedomodré společenské stejnokroje. Vojáky ČSLA základní nebo náhradní služby poznáte na veřejnosti podle rukávového označení, které vojáci z povolání nenesou. Vojáci vojsk ministerstva vnitra mají odlišný znak s uvedením příslušnosti k svému druhu vojska. Hodnostní označení nosí vojáci na ramenou, u polního stejnokroje na prsou. Na klopách blůz služebních a společenských stejnokrojů nosí vojáci znak druhu vojska, k němuž patří. (Např. ženista, dělostřelec, tankista, letec, apod.)

#### Hodnostní označení vojáků:

vojín, svobodník, desátník, četař

Štříbřité hvězdy: rotný, rotmistr, nadrotmistr

Štříbřité hvězdy a lemování: podpraporčík, praporčík, nadpraporčík



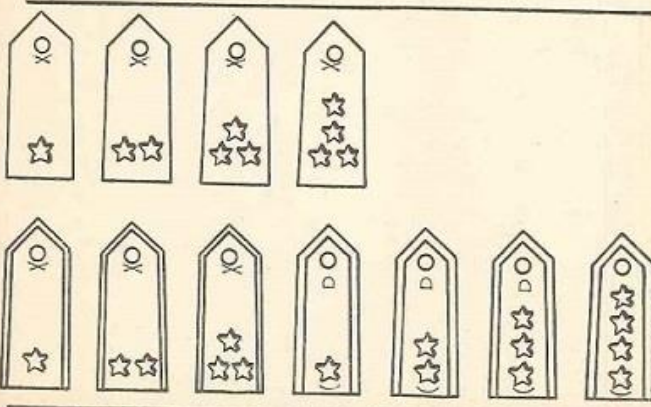
Pohraniční stráž je určena k ochraně československé státní hranice a k zabezpečení klidu a pořádku v pohraničních oblastech. Vznikla přestavbou pohraničních útvarů SNB na rozhraní let 1950—1951. Vojáka Pohraniční stráže, příslušníka jednotky ostrahy státních hranic, poznáš podle brčálově zeleného okolku čepice, černého štítku a označení druhu vojska. Nešl pohraničníci, věrní tradicím Chodů, mají ve svém znaku hlavu chodského psa — ovčáka. Jejich hodnostní označení je stejné jako u ostatních vojáků.

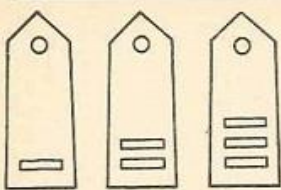
Příslušníci SNB udržují klid a pořádek, řídí dopravu, střeží vnitřní bezpečnost státu a brání páchaní zločinů a přestupků. Nosí podobné stejnokroje jako vojáci, jen barva jejich zeleně je poněkud jiná, čepice má červený okolek a rovněž náramenníky jsou karminově červené.

Zlatové hvězdy: podporučík, poručík, nadporučík, kapitán

Zlatové hvězdy a lemování: major, podplukovník, plukovník

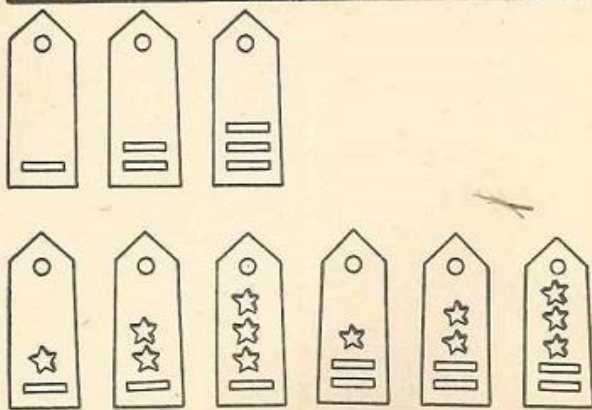
Širší zlatové lemování: hvězdy a znaky: generálmajor, generálporučík, generálplukovník, armádní generál



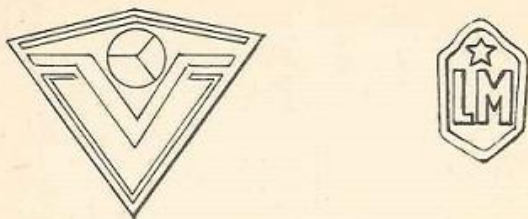


Funkční označení příslušníků LM  
Červené pásy: velitel družstva, zástupce velitele čety, velitel čety

Stříbrné pásy, malé hvězdy: staršina, zástupce velitele roty, velitel roty, příslušník štábu okr. velitelství LM, náčelník štábu OV LM, okresní velitel LM, příslušník štábu krajského velitelství LM, náčelník štábu KV LM, krajský velitel LM



38



Rukávová označení vojáků ČSLA a příslušníků LM

#### Pokyny pro praktickou činnost

- Uspořádejte při vycházce soutěž v poznávání příslušnosti vojáků k druhům ozbrojených sil a v poznávání jejich hodností.
- Shromážďujte obrázky a fotografie příslušníků ozbrojených sil, požárníků a zdravotníků s příslušným popisem, a zprávy o jejich hrdinských činech.

#### Chráme hranice tábora socialismu

Zatímco pracující lidem umožňuje budování socialismu rozvoj jejich zájmů, schopností a zabezpečuje neustálý růst jejich životní úrovně, zužuje kapitalistům možnost vykořisťovat dělníky i zemědělce a přisvojovat si bezpracně zisky z jejich práce. Proto se imperialisté snaží vyvoláním napětí a válek zabrzdit růst socialismu a ve vhodné době se zmocnit vlády v socialistických zemích, ve kterých si pracující lid vládně sám. K splnění tohoto záměru neustále zvyšují rozpočty na zbrojení, vyrábějí nové ničivé prostředky, zvyšují počty armád, zbraní, a vytvářením nových vojenských bloků se snaží obkličít socialistické státy.

Nejnebezpečnějším vojenským blokem je Severoatlantický pakt (NATO), jehož hlavní síly jsou soustředěny ve střední

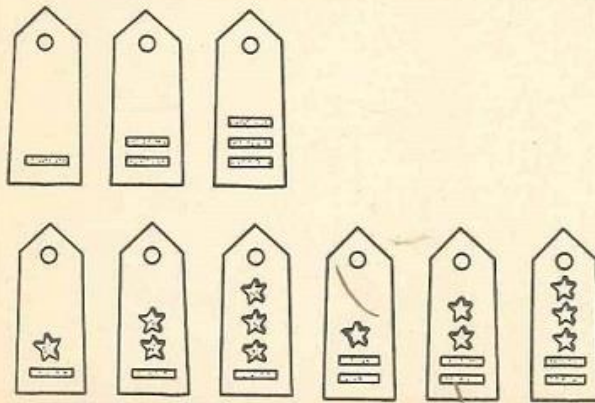
40

Příslušníci Lidových milic se od vojáků a příslušníků SNB liší stejnokrojem, znaky i hodnotami. Stejnokroje jsou barvy šedomodré se znakem LM na levém rukávu blůzy, na náramenících mají místo hodnotní funkční označení, jež je vyjádřeno červenými, stříbrnými nebo zlatými pásy a červenými hvězdičkami.

Příslušníci požárních sborů, pokud nejsou oblečeni ve speciální ústrojí, používají stejnokrojů modré barvy, při akci mají na hlavách bílé přilby, na blůžkách široké opasky.

Členy nebo častěji členky ČSČK poznáte zvláště podle odznaků, které nosí na svých oděvech.

Zlatové pásy, velké hvězdy: příslušník štábu praporu, zást. velitele praporu a náčelník štábu praporu, velitel praporu, příslušník národního štábu LM, náčelník národního štábu LM, velitel LM ČSR n. SSR, příslušník hlavního štábu LM, náčelník hl. štábu LM, velitel LM v ČSSR



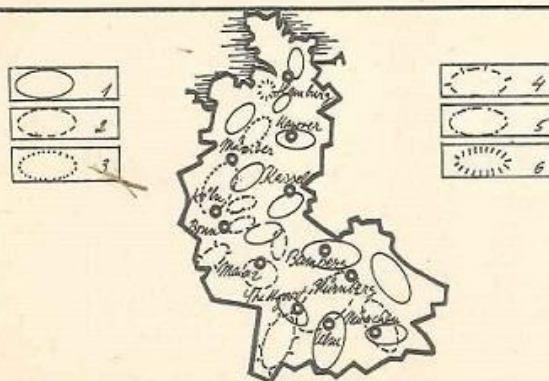
39

Evropě. Jeho členy jsou: USA, Velká Británie, Itálie, Kanada, Belgie, Holandsko, Lucembursko, Norsko, Dánsko, Island, Řecko, Portugalsko, Turecko, NSR a Španělsko. Francie je členem politických orgánů.

Hlavním organizátorem tohoto útočného paktu, který vojensky zasahuje i proti národně osvobozenkému hnutí v rozvojových zemích, jsou Spojené státy americké, jež udržují přibližně 2200 válečných základů a vojenských zařízení ve 40 zemích. Jen v NSR jich je 146 s 235 000 vojáků. USA vyzbrojují všechny protilidové vlády, podněcují ozbrojené konflikty proti pokrokovým režimům a od roku 1945 samy vedly 34 válek, z nichž největší byla válka proti vietnamskému lidu.

Severoatlantický pakt umožnil i znovuvyzbrojování, militarizaci a posílení protimírových sil v Německé spolkové republice. Bundeswehr (armáda NSR) soustavně procvičuje vedení útočné války s hlavními údery proti NDR a ČSSR. Jeho vojáci jsou vychováni po vzoru svých otců a dědů, nacistických hrdlořezů, kteří vyvolali 2. světovou válku. Území NSR

Rozmístění vojsk na území NSR v roce 1981: 1. divize bundeswehru, 2. divize USA, 3. britské divize, 4. francouzské divize, 5. belgické divize, 6. nizozemská brigáda



41

je přeplněno vlastními i cizími vojsky, vojenskými základnami, sklady zbraní a munice a stalo se plánovaným nástupištem útoku proti socialistickým státům. Raketojaderné zbraně, rozmístěné na území NSR a dalších zemí NATO, hrozí zničením nejen Evropě, ale ve svých důsledcích celému světu. Proto ozbrojené síly ČSSR a jejich spojenců musí být neustále připraveny čelit i tomuto nebezpečí.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vyhledejte v tisku zprávy o růstu zbrojení v zemích NATO a o jejich odmítavých stanoviscích k návrhům na odzbrojení a zabezpečení míru

#### Varšavská smlouva, pevná záštita ČSSR a dalších socialistických zemí

Brzy po ukončení 2. světové války se začaly vládnoucí kruhy hlavních imperialistických států — především Spojených států amerických zabývat přípravou dalšího světového konfliktu. Tomu měl sloužit především Severoatlantický pakt (NATO), vytvořený v r. 1949 jako vojenské uskupení, namířené proti Sovětskému svazu a dalším zemím, které se rozhodly jít cestou výstavby socialistické společnosti. 29. října 1954 byly v Paříži podepsány dohody, umožňující znovuvyzbrojení západního Německa a zapojení Německé spolkové republiky do Severoatlantického paktu.

Tento protimírový čin vyvolal nutnost přijmout opatření k obraně míru a bezpečnosti socialistických států. 14. května 1955 byla na zasedání představitelů evropských socialistických států ve Varšavě podepsána Smlouva o přátelství, spolupráci a vzájemné pomoci, jež se stala základem dobrovolného svazku rovnoprávných socialistických zemí. Cílem tohoto svazku, známého pod pojmem Varšavská smlouva, je zabezpečení obrany jednotlivých zúčastněných socialistických zemí i celého socialistického společenství proti případné imperialistické agresi, vzájemná pomoc při obraně revolučních vymožeností pracujícího lidu a zabezpečení míru v Evropě a na celém světě. K zemím Varšavské smlouvy dnes patří Bulharská lidová republika, Československá socialistická republika, Maďarská lidová republika, Německá demokratická republika, Polská lidová republika, Rumunská socialistická republika a Svaz sovětských socialistických republik. Do tohoto svazku

42

Nejvyšším velitelem ozbrojených sil Varšavské smlouvy je maršál SSSR Viktor Kulikov, funkce zástupců hlavního velitele spojených ozbrojených sil vykonávají ministři obrany států zúčastněných ve smlouvě, kteří současně velí ozbrojeným silám svých zemí, vyčleněných do spojených ozbrojených sil. Dobře vyzbrojené, vycvičené a připravené armády států Varšavské smlouvy jsou zárukou, že socialismus a mír v Evropě budou uhájeni.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Připravte ke dni podepsání Varšavské smlouvy nástěnku s mapkou, vlajkami a vojenskými znaky armád Varšavské smlouvy.

#### Poznáváme vojáky bratrských armád

Přátelství dětí a našich vojáků má své pevné tradice. Je to mu tak proto, že muži v šedo zelených stejnokrojích brání především mír, v němž mohou děti spokojeně vyrůstat a děti svou prací a zájmem dělají radost svým starším kamarádům. Náš šťastný život však nechrání pouze vojáci Československé lidové armády a vojsk ministerstva vnitra, ale i příslušníci ozbrojených sil dalších socialistických zemí, kteří spojili své síly v mohutnou hradbu, chránící naše společné hranice i vzdušný prostor. Můžete se s nimi setkat zvláště při spojeneckých cvičeních, jež jsou pořádána občas i na území ČSSR, při spartakiádách spřátelených armád, jejichž dějištěm jsou různá města, nebo při oslavách a jiných slavnostních příležitostech. Budou to vojáci Sovětské armády, Bulharské lidové armády, Maďarské lidové armády, Národní lidové armády Německé demokratické republiky, Polské lidové armády a Ozbrojených sil Rumunské socialistické republiky. Nejlépe je rozeznáte podle vojenských znaků, umístěných na automobilech, letadlech a jiné bojové technice. Také nárameníky jejich stejnokrojů se většinou liší tvarem, barvou a způsobem označení vojenských hodností. Hodnosti poddůstojníků jsou zpravidla vyznačeny barevnými proužky, malými hvězdičkami nebo niklovými cvočky (v ČSLA), hodnosti praporčíků a rotmistrů mají většinou stříbrnou barvu (hvězdičky, lemování, knoflíky), důstojnické hodnosti mají buď zlatavé nárameníky, nebo zlatisté hvězdy, znaky, i knoflíky.

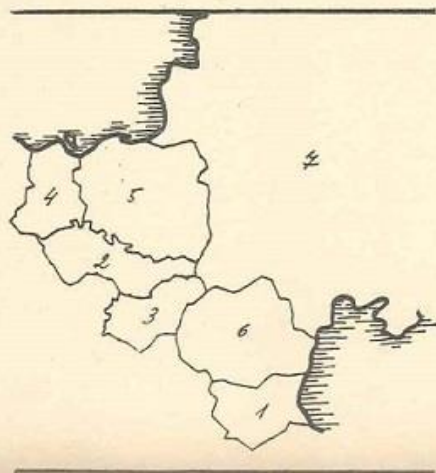
44

však mohou vstoupit další státy bez ohledu na jejich společenské a státní zřízení. Státy, které podepsaly Varšavskou smlouvu, se zavázaly zdržovat se v mezinárodních vztazích hrozby sílou a jejího použití, zúčastnit se všech mezinárodních jednání, jejichž cílem je zajistit mezinárodní mír, usilovat, aby byla provedena účinná opatření k všeobecnému srovnání zbrojení a k zákazu atomových, vodíkových a jiných zbraní hromadného ničení. Hlavním politickým orgánem Varšavské smlouvy je politický poradní výbor, který tvoří nejvyšší představitelé všech členských států.

Vojenskými orgány uskupení států Varšavské smlouvy jsou: — spojené velení ozbrojených sil, — štáb spojených ozbrojených sil, — výbor ministrů obrany členských států Varšavské smlouvy — vojenská rada spojených ozbrojených sil.

#### Mapka států Varšavské smlouvy:

1. BLR, 2. ČSSR, 3. MLR, 4. NDR, 5. PLR, 6. RSR, 7. SSSR



43

Budete-li pečlivými pozorovateli, naučíte se brzy rozpoznávat vojáky i podle tvaru čepic, znaků na prsou, rukávech, čepicích i opascích nebo i podle knoflíků na stejnokrojích.

Všichni tito vojáci se více či méně liší barvou i tvarem stejnokroje, ale jsou si velmi blízcí svým úsilím o zachování míru a svobody našich národů. Až někde potkáte kteréhokoliv z těchto vojáků, uvědomte si, že také on se zasloužil svou službou a každodenním úsilím o získání znalostí a dovedností potřebných pro ochranu socialistického společenství, o náš šťastný život.

#### Pokyny k praktické činnosti

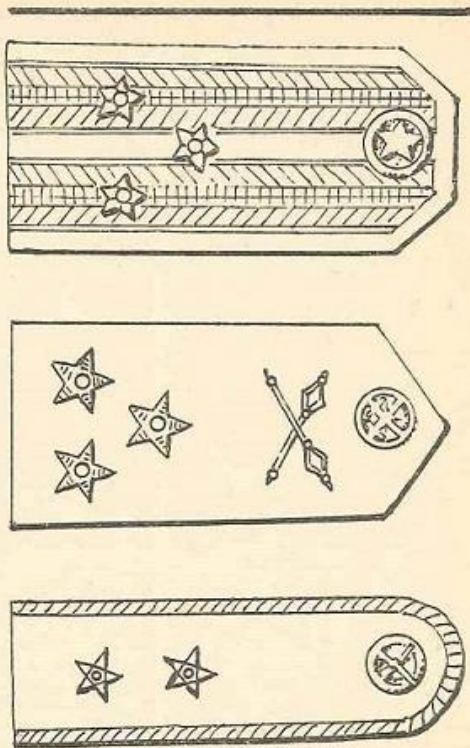
- Založte sbírku obrázků a fotografií s vojáky armád Varšavské smlouvy.
- Uspořádejte soutěž v poznávání vojáků bratrských armád.

#### SSSR a jeho armáda — ochránce naší svobody a míru ve světě

Sovětský svaz, rozkládající se na 22 400 000 km<sup>2</sup>, s přibližně 260 milióny obyvatel, sdružuje 115 národů a národností, které jako první na světě vytvořily socialistický stát, v němž jsou si všechny národy rovné. Cestou k socialismu nastoupily v roce 1917 po vítězství Velké říjnové socialistické revoluce pod vedením Komunistické strany Sovětského svazu.

Proto i Sovětská armáda má ze socialistických armád nejstarší tradice a nejbohatší bojové zkušenosti, které se spolu s moderní výzbrojí, vysokou uvědomělostí a vycvičeností jejích vojáků staly mohutnou záštitou všech zemí socialistického tábora a ochránce světového míru. Sovětská armáda se zrodila v tvrdých bojích ozbrojených dělníků a rolníků při obraně revoluce a v boji proti zahraničním interventům. Když na počátku roku 1918 zahájila vojska císařského Německa postup na Petrohrad, byly na výzvu rady lidových komisařů během pěti dnů vytvořeny z rudých gard a petrohradských dělníků vojenské jednotky, které ve vítězném střetnutí dne 23. února 1918 odrazily nápor německých vojsk. Na počest tohoto vítězství se 23. únor stal Dnem Sovětské armády. V roce 1922 porazila Rudá armáda poslední zbytky nepřátel a zabezpečila téměř na 20 let možnost pokojné výstavby prvního státu dělníků a rolníků. Když hitlerovské hordy v roce 1941 znovu přepadly sovětskou zemi a rozpoutaly 2. světo-

45



vou válku, nesla Sovětská armáda hlavní tíhu boje, podílela se rozhodujícím způsobem na porážce fašismu a na osvobození řady evropských zemí. Za své osvobození jí vděčí i náš československý lid. Z celkových ztrát, které hitlerovci utrpěli, připsala Sovětská armáda na své konto 73 % fašistických vojáků, 75 % tanků, 77 tisíc letadel, 167 000 děl a mìnometů a množství dalších zbraní.

46

V současnosti jsou základním druhem sovětských ozbrojených sil raketová vojska, moderně vyzbrojená a vycvičená pozemní vojska, mohutné vojenské letectvo a námořnictvo. K výzbroji Sovětské armády patří nejmodernější rakety, atomové a vodíkové zbraně, atomové ponorky, schopné setrávat několik týdnů pod vodou a odpalovat rakety pod hladinou, válečné lodě, mohutné letectvo blízkého i dalekého doletu, tanky se silnými pancíři, s velkou pohyblivostí a palebnou silou, mohutná protiletadlová i protiraketová obrana a mnoho dalších nejmodernějších prostředků. Přesto, že Sovětská armáda má obrovskou údernou sílu, Sovětský svaz právě tak jako ostatní socialistické státy si novou válku nepřejí a je iniciátorem mnoha návrhů na mírové řešení všech sporných otázek.

Sovětské ozbrojené síly jsou nejen pevnou záštitou SSSR, ale zabezpečují obranyschopnost celé světové socialistické soustavy. Proto některé její součásti jsou se souhlasem vlády spřátelených zemí rozmístěny i za hranicemi Sovětského svazu. V ČSSR pomáhá zabezpečit nedotknutelnost západní hranice socialistického tábora Střední skupina sovětských vojsk, již velí generálplukovník Grigorij Borisov. Sovětské vojáky úzce spolupracují s vojáky Československé lidové armády a spolu s nimi se zúčastňují v případě potřeby i pomoci našemu národnímu hospodářství.

#### Pokyny k praktické činnosti

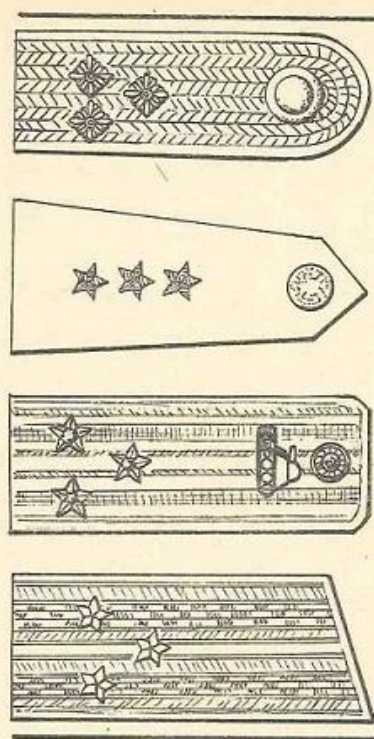
- Sestavte a zašlete pozdravný dopis vojákům Střední skupiny sovětských vojsk ke Dni Sovětské armády.
- Organizujte sledování televizního přenosu z prvomájové vojenské přehlídky na Rudém náměstí v Moskvě.

#### Bojové zástavy útvarů ozbrojených sil

Bojové zástavy, prapory, korouhve, standarty či praporečky byly symbolem bojové cti, statečnosti a slávy již v dávné době. Byly umístovány vždy na čestném místě, připomínaly hrdinské činy těch, kterým byly svěřeny, a v boji byly vždy chráněny nejudatnějšími bojovníky. Proto dobytí zástavy znamenalo vždy vítězství a její ztráta porážku a hanbu.

Bojové zástavy se staly i symbolem dělníků, bojujících za své osvobození. Pod rudými zástavami bojovali dělníci a rol-

48



Nárameníky vojáků armád států Varšavské smlouvy v pořadí shora dolů a zleva doprava: nadporučíci Bulharské, Československé a Maďarské lidové armády, Národní lidové armády NDR, Polské lidové armády, Ozbrojených sil Rumunské socialistické republiky a Sovětské armády

47

níci ve Velké říjnové socialistické revoluci. Jedna z nich s nápisem Ať žije Československá socialistická republika vládla nad hlavami československých rudoarmejců. Stejně si vážíme i zástavy československých interbrigadistů, kterou obdrželi českoslovenští dobrovolníci bojující v letech 1936—1939 za obranu demokratického Španělska.

Mezi historické zástavy patří i bojová zástava 1. čs. samostatného praporu v SSSR a zástavy dalších československých jednotek, které bojovaly po boku Sovětské armády za osvobození Československa.

Naši vojáci však jsou hrdí i na bojové zástavy svých útvarů, které propůjčuje plukům, brigádám a samostatným praporům, oddílům, letkám, vojenským školám a výchovným útvarům prezident Československé socialistické republiky. K předání bojové zástavy nastupují útvary se zbraněmi, hudba hraje husitský chorál, zaznívá nadšené volání Hurá! Zástavu útvaru stráží čestná stráž, kolemjdoucí vojáci zástavu zdraví.

Také pionýři chovají k bojovým zástavám vojenských útvarů i ostatních ozbrojených sil úctu a vzdávají jim obdobné pocity jako pionýrským praporům. Pochodují-li vojáci, příslušníci SNB nebo LM s bojovou zástavou, postaví se pionýři do pozoru a vzdají čest pionýrským pozdravem, přičemž očima sledují prapor. Pionýři nastoupení v tvaru stojí pouze v pozoru, rukou zdraví jen vedoucí a předsedové rad. Praporečníci pionýrských oddílů a skupin skloní pionýrské prapory mírně kupředu. Prochází-li pionýr kolem stojící bojové zástavy, zdraví ji rovněž pionýrským pozdravem s vypjatou hrudí a hlavou otočenou k zástavě. V blízkosti čestné stráže, střežící bojovou zástavu, se pionýři chovají mírně, nehlučí, nepískají ani hlasitě nehovoří. Budete-li někdy na rozpacích, jak se zachovat při jiných příležitostech, všimněte si jednání příslušníků ozbrojených sil.

#### Pokyny pro praktickou činnost

- Zúčastněte se s oddílem slavnosti, pořádané patronátním útvarem.
- Zhotovte miniaturní model historické bojové zástavy nebo zástavy patronátního útvaru a umístěte jej na nástěnce nebo v koutku bojových tradic.
- Navštivte Vojenské historické muzeum v Praze na Žitkově a seznamte se s historickými bojovými zástavami.

49

## Rády a vyznamenání

Lidé, jejichž hruď je ozdobena stužkami vyznamenání, řádů a medaillemi nebo jinými čestnými odznaky, požívají úcty ostatních členů společnosti. Tato úcta je oprávněná, neboť vyznamenání, řády a medaile vyjadřují stupeň zásluh, které jejich nositel má o vybudování, obranu a ochranu socialistické společnosti. Československá státní vyznamenání jsou jednou z forem, jimiž socialistická společnost oceňuje politickou a veřejnou činnost, hrdinství, obětavost, vynikající výsledky v práci, dlouholetou obětavou činnost v revolučním dělnickém hnutí a ve veřejných funkcích, rozvoj přátelství, spolupráci a spolenectví se socialistickými zeměmi, upevňování mírového hnutí, obětavost a statečnost v občanském životě, zásluhy o obranu vlasti a jiné zásluhy svých občanů.

Vyznamenání propůjčuje prezident republiky nebo jím zmocněný orgán. Mohou být propůjčena nejen jednotlivcům, nýbrž i celým kolektivům nebo útvarům.

### Zlatá hvězda hrdiny Československé socialistické republiky



50

ji bude používat k obraně a ochraně práv a svobod našich občanů i k ochraně bezpečnosti a svobody bratrských socialistických národů. K dodržení těchto zásad se vojáci po absolvování základního výcviku zavazují před bojovou zástavou přísahou, v níž slibují, že

- budou věrní pracujcímu lidu vedenému Komunistickou stranou Československa,
- budou statečnými a ukázněnými,
- budou iniciativně plnit ustanovení vojenských řádů, rozkazy velitelů, zachovávat vojenské tajemství,
- budou se učit ovládat vojenskou techniku a zbraně a připravovat se pro boj k obraně rodné vlasti a socialistického řádu,
- budou stát pevně v řadách ozbrojených sil ČSSR po boku Sovětské armády a armád ostatních socialistických zemí,
- nasadí i svůj život k dosažení vítězství.

Vojenská přísaha je slavnostní událostí, k níž vojáci nastupují ve vycházkových stejnokrojích s bojovou zástavou, zpravidla na místech revolučních tradic, u památníků a na podobných místech, jichž si všichni očané váží. Slavnostní chvíli přísahy zdůrazňuje i hraní československé státní hymny a přítomnost představitelů stranických orgánů, národních výborů, organizací nebo i veřejnosti.

Přísahu neskládají pouze vojáci Československé lidové armády, ale i ostatní příslušníci ozbrojených sil. Všichni se pak snaží daný slib naplnit konkrétními činy při výcviku, studiu i při plnění strážní služby a jiných bojových úkolů.

Podobně jako příslušníci ozbrojených sil, skládají přísahu nebo slib a zavazují se tak k vzornému plnění svých povinností i členové ostatních složek, zajišťujících naši bezpečnost a naše zdraví.

### Pokyny k praktické činnosti

- Zorganizujte účast oddílů na přísaze (slibu) vašeho patronátního útvaru nebo složky.
- Zašlete příslušníkům vašeho patronátního útvaru dopis, v němž vyjádříte přesvědčení, že se cti splní slova přísahy právě tak, jako pionýři se zavazují čestně splnit pionýřský slib.

52

Zásluhy vojáků a součástí ČSLA o obranu ČSSR mohou být oceněna zejména propůjčením

- čestného titulu hrdina ČSSR spojeného s právem nosit Zlatou hvězdu hrdiny ČSSR,
- Řádu rudé zástavy,
- Řádu rudé hvězdy,
- medaile Za upevňování přátelství ve zbraní,
- medaile Za zásluhy o obranu vlasti,
- medaile Za službu vlasti.

Kromě těchto vyznamenání mohou být vojákům propůjčována další, podle podmínek, jež jsou pro jejich propůjčení stanoveny. Těchto vyznamenání, řádů a medailí je celkem přes 60 druhů, z nichž mnohé jsou určeny výhradně přímým účastníkům bojů za osvobození vlasti.

Také požárníkům, příslušníkům SNB, zdravotníkům a ostatním členům sborů, která se podílejí na obraně a ochraně naší společnosti, jsou udělována za významné činy a usilovnou práci vyznamenání, medaile a čestné odznaky, jimiž zdobí své stejnokroje. Každá stužka, každý plíšek odznaku představuje kus poctivé práce, odevzdané naší socialistické společnosti.

### Pokyny k praktické činnosti

- Vypátrejte, kteří vyznamenání vojáci (pohraničníci, příslušníci SNB, LM, požárníci, zdravotníci) bydlí ve vašem okolí a požádejte je o spolupráci.
- Uspořádejte besedu s vyznamenaným vojákem (pohraničníkem, příslušníkem SNB, LM, zdravotníkem, požárním).
- Založte sbírku obrázků čs. řádů, vyznamenání a medailí.

### Vojenská přísaha

Vrcholnou povinností a věcí cti každého občana našeho státu je obrana vlasti a jejího socialistického zřízení. Občané, kteří splňují podmínky stanovené zákonem, se stávají vojáky — příslušníky ozbrojených sil Československé socialistické republiky. Pracující lid jim svěřuje zbraně, aby se je naučili ovládat a byli připraveni použít je v boji, bude-li ohrožena republika a její socialistický řád. Svěřením zbraně prokazuje pracující lid naší země každému vojákovi vysokou důvěru, že

51



### Vojenská přísaha

JÁ, občan Československé socialistické republiky, vědom si své čestné vlastenecké povinnosti, přísahám před bojovou zástavou věrnost pracujcímu lidu vedenému Komunistickou stranou Československa.

Slibuji, že budu vojákem statečným a ukázněným, že budu důsledně a iniciativně plnit ustanovení vojenských řádů, rozkazy velitelů a zachovávat vojenské tajemství. Svědomitě se budu učit ovládat vojenskou techniku a zbraně, svěřené mi pracujícím lidem, a připravovat se pro boj, abych mohl na rozkaz prezidenta a vlády Československé socialistické republiky co nejlépe bránit svou rodnou vlast a její socialistický řád proti každému nepříteli.

Pro obranu socialismu jsem vždy připraven stát pevně v řadách ozbrojených sil Československé socialistické republiky po boku Sovětské armády a armád ostatních socialistických zemí v boji proti jeho nepřítelům a nasadit i svůj život k dosažení vítězství.

Tak přísahám!

53

### Historické názvy a tradice útvarů

Lidé jsou hrdí na slavné činy svých otců, dědů a příslušníků svého národa. Na tyto činy vzpomínají, uchovávají památky, jména odvážných bojovníků dávají svým synům, názvy památných míst označují nová města a obce. Také naše útvary, které navazují na slavné tradice jednotek čs. rudoarmejců, interbrigadistů, příslušníků čs. jednotek v SSSR a ostatních hrdinů dělnického a národní osvobozenického hnutí, přijímají jejich názvy, jména a snaží se napodobit jejich činy nebo pokračovat v díle, které tyto lidé započali.

Mnohé vojenské jednotky nesou názvy míst a měst, při jejich osvobození se vyznamenaly součástí 1. čs. armádního sboru v SSSR. Takto jsou např. pojmenovány Dukelsko-prešovský, Žilinský svazek Antonína Zápotockého, Kyjevský, Dukelský, Popradský svazek Klementa Gottwalda, Zvolenský, Ostravský svazek, Belocerkevský, Jaselský, Prešovský, Popradský útvary a další.

Některé útvary nesou názvy po revolučních činech a významných politických a vojenských činitelích. Např. útvary hrdiny Sovětského svazu kapitána Otakara Jaroše, útvary hrdiny ČSSR kapitána Jasioka. V názvech dalších útvarů jsou jména Jana Žižky z Trocnova, Jána Nálepky, Antonína Sochora a dalších. Nechybí ani pojmenování podle významných revolučních událostí, jako je tomu u útvaru Slovenského národního povstání, útvaru 25. výročí osvobození Československa Rudou armádou apod. Některé názvy konečně vyjadřují i bratrský vztah k spojeneckým armádám zemí Varšavské smlouvy.

Všechny tyto čestné názvy jsou nejen nejvyšším oceněním úsilí a zásluh příslušníků útvarů, ale i pobídkou, aby se vojáci po vzoru svých starších kamarádů učili bojovat a byli stejně věrnými obránci svobody a práv pracujících našeho socialistického státu. Také pionýrské oddíly přejímají některé čestné názvy, které je zavazují poznávat hrdinské činy svých otců, dědů a přátel a následovat je.

### Pokyny k praktické činnosti

- Sledujte zprávy o činech a úspěších příslušníků útvarů, nesoucích čestné názvy, zapište do oddílové kroniky výsledky svého úsilí.

54

články mohou končit i výzvou ostatním oddílům, pionýrům nebo i dospělým lidem.

Takový článek nenapíšete „na posezení“. Předem si musíte ujasnit, co chcete článkem vyjádřit, načrtnout si osnovu, v níž si stanovíte postup, tzn. čím začnete, co zvláště zdůrazníte a čím článek zakončíte. Záleží i na správném titulu, který by měl v jednom nebo v několika málo slovech vyjádřit základní obsah článku a zaujmout pozornost čtenáře. Při psaní článku se držte osnovy, snažte se myšlenky vyjadřovat co nejstručněji a nejsrozumitelněji. Nepoužívejte otřelých frází, množství jednotvárných spojovacích slov, jako „zvláště“, „občas“, „nezřídka“, vyvarujte se i častějšího opakování stejných slov a hledejte různé výrazy a obraty pro vyjádření téže myšlenky. Vítanými jsou články, přinášející nové zprávy. Největší nadějí na uveřejnění mají články v rozsahu do 30 řádků běžného formátu, psané strojem po 1 straně papíru „obřádek“, v němž může redaktor snadno provést potřebné úpravy. Píšíte-li perem, dbejte na čitelnost, jména, názvy a méně běžné výrazy pište raději tiskacím písmem. Chcete-li přiložit k článku obrázek, kreslete jej v dostatečné velikosti tuší na bílou čtverku, nepřekládejte ji. Fotografie určená k otištění musí být na lesklém papíře, dostatečně kontrastní a nejlépe formátu 13 x 18. Při vkládání do obálky je vyztužte kartonem nebo jinou podložkou, aby se nepoškodily. K fotografiím přiložte popis, aby nedošlo při tisku k záměm. Články, obrázky a fotografie o činnosti vašeho oddílu se hodí zvláště do některého z následujících časopisů: Ohníček, Sedmička pionýrů, Pionýrská stezka, Pionýr, ABC mladých techniků a přírodovědců, Zápisky mladých, Pionýrská štafeta, Pionier, Ohník, Sinlečko, Kamarát a dalších.

Budete-li dodržovat uvedené rady, přinesou vám záznamy v kronikách i články v novinách a časopisech radost a vašim kamarádům užitek.

### Pokyny k praktické činnosti

- Vyhlaste soutěž o nejlepší zápis určité události pro kroniku.
- Zvolte ze svého oddílu dopisovatele některého z pionýrských časopisů, dohodněte se s redakcí o způsobu zasílání nebo předávání článků.
- Před významnou událostí v pionýrském oddílu zvolte předem a pověřte úkoly: kronikáře, malíře, dopisovatele, fotografa, sběratele — dokumentaristu.

56

### Píšeme zápisy do kroniky a články pro časopisy

Čím je činnost vašeho oddílu pestřejší, zajímavější, tím více přitahuje zájem dalších pionýrů. Je zdrojem hezkých vzpomínek a může se stát i příkladem pro činnost dalších oddílů nebo pro práci těch, kteří budou ve vašich oddílech působit v dalších letech. Aby bylo možno vzpomínky přivolat co nejvěrněji, nebo aby se mohli pionýři vašeho oddílu pochlubit svým kamarádům i starším přátelům, vedou si oddíly své kroniky.

Kronika je v podstatě kniha záznamů běžných i významných událostí, tak jak je oddíl v časové posloupnosti prožíval. Podle stručných zápisů o náplni schůzek může obsahovat obšírnější zprávy o významnějších akcích, jimiž budou zvláště výlety, sportovní utkání, besedy s významnými osobnostmi, brigády, návštěvy památných míst, oslavy a jiné slavnostní příležitosti.

Při každém zápisu dodržujte obecně platné zásady, jakými jsou zvláště pravdivost, čitelnost, srozumitelnost, dodržování pravopisu a vyvarování se obhrubých nebo jinak nevhodných výrazů. Snažte se, aby zápisy byly zajímavé. Doplněte je proto fotografiemi, obrázky, podpisy, grafy, přehledy, plošnými pomínkami (diplomy, vylosované květiny, lístky apod.) a jiným materiálem, který přiblíží prožitou událost. Při popisu událostí nezapomeňte uvést co, kdy, kde se stalo, jména účastníků a výsledky akce.

Významnějším událostem věnujte v kronice samostatné stránky, včas si zabezpečte zachycení rozhodujících etap na fotografii či na magnetofonové páse. Co nejde umístít v kronice, uschovejte v klubovně jako přílohu kroniky s náležitým popisem. Mohou to být nejen fotografie a obrázky většího formátu, magnetofonové pásky, ale i kameny, samorosty, trofeje sportovních utkání, různé nálezy, dary, modely a jiné rukodělné práce. Slavnostní zápis v kronice by měl mít i náležitou grafickou úpravu a barevné zvýraznění.

Poněkud jiné poslání mají články pro noviny a časopisy. Jejich smyslem není pouze věrně zachycení prožité události. Článek by měl především upozorňovat na nejlepší zkušenosti, popularizovat nové, pokrokové činy, ukazovat dobré příklady těch, kteří přinášejí užitek pro společnost. Aby článek zaujal a splnil své poslání, musí být stručný a nesmí opakovat známá fakta. Jeho složení musí mít určitou stavbu, v níž se čtenář v krátkosti doví co, kdy, kde a komu se stalo, jaký byl význam události, kdo se o úspěch zasloužil a jaké závěry, poučení nebo příklad tato událost znamená pro ostatní. Některé

55

### Navštěvujeme památná místa, pečujeme o památníky padlých

Žijeme ve šťastné a bohaté současnosti. Netrpíme nezaměstnaností, nouzí o jídlo, nabízí se nám nepřehledné množství možností účasti na kulturním i sportovním dění, uplatnění schopností a talentů. Těchto výhod můžeme užívat proto, že je pro nás naši předchůdci vybojovali v dlouhém, tvrdém a nelehkém zápase, v němž prolévali svou krev a pokládali životy. Proto si vážme svých předků, shromažďujeme zprávy a památky připomínající jejich hrdinské činy a vzpomínáme na ně, abychom se mohli poučit z jejich statečnosti a oddanosti pokrokovým myšlenkám. K těmto hrdinům však nepatří pouze českoslovenští vojáci a partyzáni, ale i sovětské vojáky a bojovníci ostatních národů, kteří nám pomohli osvobodit vlast, revolucionáři, kteří se prali s buržoazií za práva dělníků, odbojoví pracovníci ničiteli fyzicky i morálně fašistické utlačovatele v době okupace i tisíce těch, kteří zahynuli pro své pokrokové přesvědčení ve vězeních, koncentračních táborech a na popravištích.

Mnoho hrdinských činů je zapsáno v knihách a kronikách, nejvýznamnější památky jsou uloženy v muzeích, k nimž patří zvláště Vojenské historické muzeum v Praze, Muzeum Klementa Gottwalda, V. I. Lenina, Muzeum SNB a vojsk ministerstva vnitra, Muzeum karpatsko-dukelské operace v Kravařích a mnoho dalších. Nejstatečnější činy a vítězné boje nám přibližují památníky, z nichž mezi největší patří centrální památník u Dukelského průsmyku, památník sovětských hrdinů ve Svidníku, památník Slovenského národního povstání v Banské Bystrici, památník padlých v SNP v Nemeckej, památník karpatsko-dukelské operace v Milovicích, památník národního osvobození v Praze a jiné. S úctou se skláníme před hroby padlých na vojenských hřbitovech, bez vzpomínek však nemáme ani pamětní desky, pomníčky a jiné drobné pomíny na známé i bezjmenné hrdiny.

Pionýrské oddíly mohou vykonat mnoho užitečného pro zachování a oživení vzpomínek na hrdinské činy našich prarodičů a jejich přátel. Na základě dochovaných zpráv, písemného i ústního podání, budeme vyhledávat, označovat a zkrášlovat místa památných událostí. Můžeme také pátrat po hrdinech a pamětnících revolučních bojů, zachycovat jejich výpravění, shromažďovat dokumenty i pamětné předměty, organizovat vzpomínkové večery, putování po stezkách partyzánů a místech bojů. Zasloužným činem je i převzetí péče o některý památníček, hrob nebo o pamětní desku, u níž by zvláště

57

ve dnech výročí neměly chybět čerstvé květiny, třeba jen natrhané na kvetoucích lukách.

Péčí o památky na hrdinské činy našich předků vyjadřujeme svůj kladný vztah k jejich odkazu a utvrzujeme se v přesvědčení, že také my vynaložíme veškeré své úsilí o budování a obranu své vlasti — Československé socialistické republiky.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zpracujte plán obce a nedalekého okolí. Do plánu zakreslete všechna známá i vámi objevená místa bojů a revolučních událostí, hrdinských činů, bydlisté a rodná místa hrdinů i objekty, kde tito hrdinové pobývali. Zákresy doplňte potřebným popisem.
- Převezměte patronát nad památníkem, deskou cti, hrobem padlého bojovníka nebo jiným podobným místem, pečujte o jeho čistotu a pořádek v jeho okolí, vyzdobte jej, postavte k němu čestnou stráž v den výročí osvobození naší vlasti.
- Zorganizujte výpravu za poznáním, návštěvu některého muzea nebo památníku.

#### Organizujeme návštěvy a besedy

Nejlépe si člověk pamatuje to, co sám prožil, čeho se aktivně zúčastnil, nejvíce si váží věcí vonících jeho vlastním potem. Z těchto zásad budeme vycházet i při spolupráci s patronátním útvarem, při organizaci návštěv i besed.

Návštěvy však nemusí směřovat pouze k patronátnímu útvaru. Oddíl může navštívit památná místa, účastníky bojů za osvobození, rodiče významných osob a další.

Důležitou součástí návštěvy je její samotná příprava. Na jejím začátku je rozhodnutí, které přijme oddíl na základě návrhu vedoucího nebo oddílové rady. Program návštěvy připraví rada nebo zvolená skupina pionýrů. Měl by být zpracován ve spolupráci s tím, koho chceme navštívit, nejde-li o památník, muzeum nebo jiný objekt. V programu by nemělo chybět uvítání, výměna dárek, seznámení s útvarem, životem jeho příslušníků nebo s životem navštívené osoby, s památným místem a jeho okolím. Je-li zpracován program, seznámí se s ním všichni účastníci, rozdělí si úkoly tak, aby na každého připadla nějaká činnost, která naplňuje obsah programu. Někdo připraví uvítací proslov, jiný zabezpečí dopravu nebo přešl přesun, další zhotoví dárečky, jimiž budou zpravidla ručičkové upomínkové předměty. Obsahuje-li program zpěv, vy-

58

#### Besedy o knihách a filmech

V současnosti není nouze o prameny informací a poznání. Tisíce knih, stovky novin a časopisů, nepřetržité relace rozhlasu a televize z mnoha vysílačů, filmy, divadlo a další informační prostředky jsou zdrojem nepřehledného množství zpráv, z nichž je možno vybrat si ty, které nás právě zajímají. Tyto prostředky proto budou také základem poznání historie našeho i mezinárodního dělnického hnutí, boje našich dědů za osvobození i hrdinských činů našich vojáků, pohraničnicků, požárních, zdravotníků a příslušníků Sboru národní bezpečnosti.

V současném světě moderních sdělovacích prostředků by se mohla zdát kniha poněkud zastaralým informátorem. Přesto však má jednu obrovskou výhodu, neboť ji můžete číst tehdy, kdy se vám to hodí, k jednotlivým statím se můžete libovolně vracet, požívat si výpisky, studovat problém třeba i v několika knihách současně. Proto se kniha hodí jako hlavní zdroj přípravy besedy na zadané téma.

Beseda o knize však také nemůže být uspořádána bez potřebné přípravy, která spočívá zvláště:

- ve včasné určení knihy, k níž bude beseda uspořádána,
- v zabezpečení potřebného množství výtisků,
- stanovení doby besedy,
- přípravě programu besedy, v němž nesmí chybět úvodní slovo, nastínění problému, k nimž je třeba hovořit, příprava stručných závěrů (poučení) z každé projednávané části, stručné ukázky z četby a výstižný závěr,
- navržení hlavních otázek, k nimž bude beseda zaměřena.

Na besedu je možno podle okolností přizvat i spisovatele, nebo někoho, kdo má k projednávanému tématu úzký vztah.

Vlastní průběh besedy nelze ponechat samovolnému spádu. Vystoupení pionýrů musí být zaměřeno k navrženému problému, z každé myšlenky musí vzejít jasný závěr. Stranou pozornosti by měl zůstat nepodstatný děj, hlavní zájem by měl být zaměřen na příklady, vhodné k napodobování a následování, na zdůraznění pokrokových tradic, významu vlasteneckví, proletářského a socialistického internacionálního, kladných morálních vlastností hrdinů, smyslu pro spravedlnost a boje za svobodu, jak to nalezneme v knize Gazdy a Sosnara — Juráček, Katajevových Synovi pluku a dalších.

Podobně, jako je možno organizovat besedu ke knize, je možno besedovat o společně zhlédnutém filmu. Je dobré, může-li organizátor besedy vidět film předem a upozornit účastníky na to, co je na filmu pozoruhodné a nač soustředí

60

právně, soutěže nebo jinou dohodnutou činnost, bude to vhodná příležitost pro zapojení dalších pionýrů.

Samotný průběh návštěvy musí odpovídat jejímu cíli. Jde-li o starší kamarády k vojenskému útvaru, jednatel PS nebo SNB, nemusíme šetřit vtipem, humorem, návrhy na společná utkání a veselá vyprávění. Chcete-li navštívit například vdovu po padlém hrdinovi, nezapomeňte si především vyžádat její souhlas, podarovat ji květinami, vysvětlit jí, jaký je vztah oddílu k osobě hrdiny, požádat ji o zápis v kronice nebo podpis knihy, věnované památce jejího muže. Při návštěvách památníků, hřbitovů a podobných míst si zabezpečte včas dobrého znalce prostředí a událostí, který podá základní výklad a zodpoví případné otázky.

Zádná návštěva by se neměla obejít bez zabezpečení textové a fotografické dokumentace, jež se pak hodí pro zpracování nástěnky, záznamu do kroniky nebo pro zpracování zprávy pro některý z pionýrských časopisů. Dobré fotografie se kromě toho hodí i jako pozdější dárek pro ty, se kterými jsme při návštěvě navázali kontakt.

Besedy budeme připravovat se stejnou péčí. Proti návštěvám však mají některé odlišnosti, jímž je třeba věnovat pozornost. Beseda má nevýhodu v tom, že je zaměřena převážně pouze na slovní předání zkušeností a poznatků. Zabezpečit aktivní účast na besedě je proto obtížnější. Přesto však je to možné a nezbytné. Vedle pozvání účastníka nebo účastníků besedy, přípravy dárek, určení zapisovatelů nebo „zachycovatelů“ na magnetofonový pásek je možné připravit pozvaným i malé pohoštění. Každý člen oddílu by si také měl připravit vhodnou otázku nebo krátké vystoupení, v němž by sám vyjádřil svůj vztah k tématu besedy. Těto formy však bude možno využít převážně u starších pionýrů.

Příprava i průběh návštěv či besed může mít i jiné formy, jedna zásada však je neměnná. Každá z těchto akcí musí být přímosem pro rozšíření poznání a upevnění kladných vztahů pionýrů k pokrokové historii našeho lidu a pro posílení odhodlání k podílu na výstavbě a obraně socialistické vlasti.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Připravte a uskutečňte návštěvu patronátního útvaru, muzea, památníku nebo jiného památného místa či osoby, zabezpečte, aby do příprav a průběhu byli aktivně zapojeni všichni pionýři oddílu.
- Připravte a uspořádejte při vhodné příležitosti besedu s účastníkem nebo pamětníkem bojů za osvobození.

59

pozornost. Na rozdíl od besedy o knize musí být beseda o filmu organizována bezprostředně po jeho zhlédnutí. Úryvky četby nahraďte připomenutím rozhodujících scén, vysvětlíte některé souvislosti událostí, které mohly účastníkům uniknout. Film nebo televizní pořad působí větším citovým účinkem, který se jistě projeví i v besedě a jehož je možno použít k podtržení rozhodujících myšlenek.

Poměrně málo používanou formou, která nám umožňuje využít bohaté prameny informací, jsou tematické besedy, pro něž si účastníci sami získávají prameny. Tématem takové besedy může být například Slovenské národní povstání, Květnové povstání českého lidu, osvobození Československa Sovětskou armádou, život některého z hrdinů našeho odboje zrození 1. dělnicko-rolnického státu, život a poslání našich vojáků, pohraničnicků, příslušníků SNB, LM, požárních, zdravotníků a dalších. V přípravě takové besedy je možné upozornit na některé prameny, případně rozdělít úkoly k jejich studování, zhlédnutí nebo vyslechnutí. I tuto besedu je možno rozdělit na jednotlivé problémy, k nimž bude postupně beseda zaměřena. Účastníci při ní mohou použít výpisky, nahrávky, fotografie i jiných získaných materiálů. Závěr besedy by měl být nejen shrnutím hlavních myšlenek, zvýrazněním podstatného, ale i poučením pro život, návodem pro zaměření další práce oddílu i jednotlivců. Nejméně aktivnější a nejméně úspěšnější účastníci besedy mohou být po zásluze odměněni zápisem do kroniky, zveřejněním na nástěnce apod.

Všechny besedy, právě tak jako ostatní prostředky k splnění odznaku Mladého obránce vlasti, ať je jejich obsah jakýkoliv, musí tvořit s ostatními formami jednotlý celek při výchově pionýrů k budování a obraně vlasti.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte besedu ke knize Juráček, Syn pluku, Jak se kalila ocel, Příběh opravdového člověka nebo k jiné knize s brannou tematikou.
- Při příležitosti významného výročí (Den ČSLA, Den leteckva, Den SNB, výročí SNP, Květnového povstání českého lidu, vzniku LM apod.) uspořádejte besedu, k níž si účastníci sami shromáždí podklady podle stanovené osnovy.

61

### Jak připravit Den mladého obránce vlasti

Den mladého obránce vlasti budou připravovat pionýrské oddíly jako jednu ze součástí celostátní branné hry Vždy připraven. Budou se při jeho organizaci řídit metodickým listem, zpracovaným Ústředním domem pionýrů a mládeže v Praze. Tento Den se skládá z následujících tří úkolů, které musí být splněny v průběhu října:

1. Beseda v oddíle,
2. Výlet do přírody,
3. Vlastní program dne.

Besedu uspořádájte pokud možno v přítomnosti účastníka nebo pamětníka osvobozovacích bojů, případně jednoho nebo více příslušníků patronátního útvaru či složky. Obsahem besedy bude zvláště význam ČSLA, Sovětské armády a ostatních armád Varšavské smlouvy pro zachování míru v Evropě. Podle možnosti může být beseda spojena s návštěvou útvaru, místa bojů a odboje, prohlídkou síně bojových tradic, ukázkou výcviku a bojové techniky, s promítáním vhodného výcvikového filmu apod.

Výletu do přírody využijte k uspořádání základního kola soutěže O partyzánský samopal, Dukelského závodu branné zdatnosti, Soutěže ve střelbě ze vzduchovky nebo k nácvičce jednotlivých disciplín těchto soutěží a závodů. Tento výlet do přírody by se neměl stát pouhou povinností. Jeho posláním je především získat široký zájem pionýrů o branné soutěže a závody, dát jim možnost vyzkoušet své síly a vytvořit podmínky po širší účast v dalším úsilí o získání odznaku Mladého obránce vlasti. Splnění podmínek při těchto závodech, soutěžích a nácvičce je také možno započítat do splnění příslušných podmínek zájmového odznaku.

Uspořádání Dne vyžaduje pečlivou přípravu. Pro besedu vyberte ve spolupráci se skupinovým vedoucím nebo s patronátním útvarem či okresním výběrem SSM vhodné místo, účastníka (účastníky) besedy i hosty. Osobnost, s níž počítáte jako s hlavním účastníkem besedy, včas oficiálně pozvete, aby se mohla k besedě připravit. Sestavte a nechte schválit program besedy, pověřte pionýry přípravou otázek nebo vystoupením. Chcete-li spojit besedu s vyhlášením vítězů branných soutěží, soutěže včas pečlivě vyhodnoťte, zabezpečte odznaky a čestná uznání (diplomy). Dbejte na to, aby každý člen oddílu měl na přípravě besedy svůj konkrétní podíl, byť by šlo třeba jen o doručení pozvánky nebo obstarání květin. Většina pionýrů uplatní své schopnosti a dovednosti v kulturním vystoupení (písň, básně, úryvky z četby), v hrách a soutěžích. Pamatujte

včas i na určení toho, kdo zpracuje zápis do kroniky nebo připraví článek a fotografii do časopisu.

Pro vlastní průběh zabezpečte dodržení těchto zásad:

- beseda nesmí být přednáška, ale pestrý pořad otázek, odpovědí, sdělení nových poznatků,
- doplňkový program besedy nesmí zastínit hlavní ideovou náplň, musí mít spád, zaujmout všechny účastníky,
- celý program musí někdo řídit, usměrňovat, uvádět, vyhodnocovat; nemáte-li ve svých řadách vhodného organizátora, požádejte skupinového vedoucího o pomoc,
- při déletrvajícím programu pamatujte na přestávky a možnost občerstvení a předlékařské pomoci.

Podobné zásady bude třeba dodržet i při organizaci pobytu v přírodě. K jeho přípravě je třeba zvláště:

- včas vybrat terén, vhodný pro plnění jednotlivých disciplín soutěží, závodů (střelba, hod granátem, odhad vzdálenosti, běh, plížení, překonávání překážek apod.),
- zpracovat program činnosti tak, aby byla maximální většína pionýrů v nepřetržitě činnosti (plní se několik disciplín současně),
- stanovit a poučit pomocníky, instruktory, organizátory, rozhodčí,
- připravit potřebný materiál a pomůcky (zbraně, busoly, terče, diabolky, granátové atrapy, mapy, potraviny na přípravu stravy na ohničku, jídelní mísky, lana atd.),
- seznámit předem pionýry s obsahem pobytu v přírodě,
- připravit vhodný závěr jako vyvrcholení Dne s vyhlášením a odměnou vítězů.

Vlastní program Dne musí mít slavnostní ráz. Může být zahájen slavnostním shromážděním, vystoupením pionýrů i představitelů ozbrojených sil. Náplň Dne může být buď samostatná, nebo kombinovaná s besedou či výletem. Tento den se hodí zvláště pro ocenění práce těch, kteří na úseku brannosti a spolupráce s ozbrojenými silami dosáhli nejlepších výsledků, ale i k předání zájmových odznaků nebo odznaků odbornosti těm, kteří splnili stanovené podmínky.

Průběh Dne se bude zvláště v doplňkovém programu lišit podle zaměření jednotlivých oddílů. Při dobré přípravě a obětavém řízení se však všude stane pro pionýry událostí, na jakou se vzpomíná ještě po desítky let. Zabezpečení tohoto úspěchu je ve vaší moci.

Obdobné zásady budeme dodržovat i při přípravě Dne mladého strážce hranic, při jehož organizaci nám jistě ochotně pomohou soudruzi z patronátního útvaru.

### Stopaři oslavili Den mladého obránce vlasti

(osnova článku pro časopis)

- Kdo jsou STOPAŘI, náš vztah k obraně vlasti;
- Oslavili jsme Den MOV a současně Den ČSLA spolu s patronátním útvarem;
- Jaká překvapení nám vojáci přichystali;
- Radost vojáků z našich skromných dáreků;
- Nejstručnější projev vojáka, jaký pamatují, pozoruhodnost myšlenky, návod pro naši práci. Obdivujeme znalost pionýrských zájmů;
- Soutěž, v níž měli stejné naděje na vítězství vojáci i pionýři;
- Společné zakončení u taboráku, co jsme si připravili;
- Těšíme se na další společné akce, doporučujeme i druhým oddílům.

### Pokyny k praktické činnosti

- Zadejte úkol k návrhu uspořádání Dne ČSLA a mladého obránce vlasti. Nejlepší nápady uplatněte při jeho přípravě.

### Zpíváme si do pochodu

Vykročit s kamarády, cítit společný zájem, sílu, chuť do života, to je opravdu krásný pocit. A když k tomu zazní rázná pochodová píseň, nohy tě samy nesou a necítíš únavu mnoha kilometrů, které už jsi ušel. Zpěv zpravídlá lahodí i tomu, kdo nemá právě vybraný hudební sluch a v hlasech kamarádů se ztratí i nějaký ten nepřesný tón jeho tichého brumenda. Zpěv zlepšuje náladu, upevňuje kolektiv, zahání trudné myšlenky a vzbuzuje pocit síly. Hodí se i k doplnění našeho kulturního pořadu a k pobavení při besedách. Stane se součástí našeho úsilí o vypěstování branných vlastností oddílu, soutěžícího o získání zájmového odznaku Mladý obránce vlasti.

Jaké písně se pro náš oddíl hodí? Písně pionýrské, svazácké, revoluční, vojenské a písně našich věrných přátel. Podle zaměření oddílu může být pořad rozšířen i o písně vašich starších kamarádů z patronátního útvaru nebo složky. Zásobu písní najdete v nejrůznějších sbornících, časopisech a kníž-

kách, poměrně levně si můžeme zakoupit i jednotlivé písně s uvedením jednoduchého hudebního doprovodu (kytara, harmonika) v prodejnách hudebnin. Mezi písně, které by měl znát každý oddíl, patří zejména píseň Směr Praha, se kterou šli vojáci naší 1. čs. jednotky v SSSR do rozhodujících bojů, Pochod demokratické mládeže, který zní celým světem, dělnická revoluční píseň Pochod rudých námořníků, italská revoluční píseň Avanti o popolo, pochodová píseň našich vojáků Soudruzi, my jdem s vámi, oblíbená studentská píseň V. I. Lenina Vpřed směle, soudruzi, spějme (Smelo, tovarišči, v nogu), píseň Jana Seidla a Bedřicha Bobka Kupředu, zpátky ní krok, jejíž motiv se stal znělkou rozhlasových novin, a další.

Dobrych písní je mnoho, je opravdu z čeho si vybrat. Proto se vyvarujte písní nevhodných, písní s obhrublým textem, dvojsmyslným obsahem. Pro pochodový zpěv se nehodí ani písně moderní či národní, uměle vtěsnané do pochodového rytmu. Dobrá píseň je něco jako oblečení. Je vizitkou tvého vkusu i politického smýšlení.

### Pokyny k praktické činnosti

- Založte si sborníček písní vašeho oddílu.
- Uspořádejte soutěž družin ve zpěvu pochodových písní. Hodnotit se bude výběr i provedení.
- Při přípravě programu vycházky, besedy nebo jiných forem činnosti oddílu, vyberte i vhodnou píseň.

### K budování a obraně vlasti buď připraven

Pionýr, to není jen tak každý kluk nebo děvče, a mladý obránce vlasti, to už teprve ne! Než se stal členem našeho oddílu, mnohemu se naučil jako jiskra, složil pionýrský slib a zavázal se k jeho plnění. Zákonu pionýrů, mezi něž patří oddanost socialistické vlasti a Komunistické straně Československa, přátelství k Sovětskému svazu, obhajoba pokroku a míru, uctívání hrdinství práce a boje, práce ve prospěch socialistické vlasti, hrdoť a příslušnost k Pionýrské organizaci SSM a příprava na vstup do Socialistického svazu mládeže, se staly cílem jeho snažení a jsou vyjádřeny v pionýrském hesle.

Samotné heslo se skládá z výzvy K budování a obraně socialistické vlasti buď připraven, kterou se vedoucí oddílu, skupiny, člen SSM, komunisti, veřejný pracovník nebo jiný uvědomělý člen naší společnosti obrací k pionýrům, a z jejich



odezvy Vždy připraven, jež je jakýmsi příslibem a ujištěním, že členové pionýrského oddílu pochopili, co se od nich očekává, a že se vynasnaží svoje poslání splnit.

Toto heslo, stručně vyjadřující smysl činnosti pionýrů, je vepsáno do rudých praporů pionýrských skupin, okresních, krajských organizací i do rudého praporu PO SSM, zdobí naše klubovny a tábory, objevuje se i na transparentech, nesených v prvomájových průvodech a při jiných slavnostních příležitostech. Dbejte o to, aby i váš oddíl naplnil pionýrské heslo skutky. Plnění podmínek zájmového odznaku odbornosti Mladý obránce vlasti pro to vytváří vhodné podmínky.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Umístěte pionýrské heslo na čestném místě své klubovny nebo v záhlaví své nástěnky.
- Uspořádejte besedu o smyslu a významu pionýrského hesla a o tom, jak se každý člen oddílu podílí na jeho splnění.

#### Pionýrské oddíly mladých obránců vlasti v ostatních zemích socialistického tábora

Pracující lidé na celém světě bojují po řadu dlouhých let za národní a sociální osvobození. Tento boj nachází širokou odezvu u mládeže, která s upřímností sobě vlastní nesouhlasí s útlakem, násilím a nespravedlivostí. V zemích, v nichž dělníci a rolníci již zvítězili, stojí pokroková mládež po boku těch, kteří budují a brání socialistickou společnost jako novou, spravedlivě státní uspořádání. Tato pokroková mládež sjednocuje své síly v mládežnických organizacích, v nichž se dělí podle věku.

V SSSR sedmi až devítiletí členové se nazývají okťabrjaty, deseti až patnáctiletí pionýry. Sovětští pionýři od dob vzniku prvních oddílů v roce 1922 pomáhali při kolektivizaci zemědělství, šíření vzdělanosti, budování průmyslu. K obraně vlasti, po jejím napadení fašisty v roce 1941, sbírali železný šrot na výrobu zbraní a munice, pomáhali rodinám vojáků, spolupracovali s partyzány. Nejstatečnější pomáhali ničit nepřítel a byli odměněni vojenskými řády a vyznamenáními, čtyři z nich pak nejvyšším titulem Hrdina SSSR.

V Bulharské lidové republice se nejmladší příslušníci dětské organizace Septemvrijče jmenují čavdarčeta, pionýry se pak nazývají její členové od 10 do 14 let. Od svého vzniku

v roce 1944 vede tato organizace mládež k věrnosti a obraně socialistické vlasti.

Svaz pionýrů Maďarské lidové republiky dělí své členy ve věku od 8 do 11 let na kisdobos (čtí kisdobos) a 11—14leté pionýry. Jejich zákony navazují na revoluční tradice národa, který po staletí bojoval za své osvobození a nastolení spravedlivého sociálního řádu.

V NDR se mohou stát mladšími pionýry děti ve věku od šesti do deseti let, starší členové Pionýrské organizace Ernsta Thälmana si říkají Thälmannovi pionýři. Náplň jejich činnosti je obdobná jako v ostatních socialistických zemích, s pionýry ostatních národů udržují pevné přátelství. Přestože tato organizace vznikla teprve v roce 1948, je pevnou součástí pionýrského hnutí v socialistických zemích.

V Polské lidové republice pracují od roku 1956 pionýři v organizaci, nazvané Svaz polských harcerů. Skupiny mladších 7—11letých dětí se nazývají zuchy, starší do 16 let jsou harceři. Jejich zaměření na budování a obranu socialismu je dáno vedením Polské sjednocené dělnické strany, jež je marxisticko-leninskou stranou, podobně jako naše KSČ.

Pionýrská organizace Rumunské socialistické republiky sdružuje děti od 7 do 14 let. Jejich heslo K boji za dílo Rumunské komunistické strany buď připraven, v sobě zahrnuje cíle budování i obrany ve spolupráci s dělníky a ostatními pracujícími své země.

Podobné jsou i pionýrské organizace v dalších socialistických zemích. Jejich cílem je vesměs příprava k budování a obraně vlasti a pomoc starším soudruhům při jejím zabezpečování. Náplň činnosti jejich oddílů je různorodá podle místa, kde působí. Většina z nich se zabývá ideovou i praktickou přípravou na budování a obranu své vlasti, kterou budou jako dospělí provádět v řadách ozbrojených sil, požárních sborů, nebo ve zdravotnických organizacích a zařízeních. S konkrétní náplní jejich činnosti se můžete seznámit prostřednictvím svých patronů a navázáním přátelství s oddíly a skupinami spřátelených zemí.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zkuste navázat prostřednictvím okresního výboru SSM přátelství s pionýrským oddílem obdobného zaměření v SSSR nebo v jiné socialistické zemi.
- Sbírejte zprávy a informace o existenci a činnosti zahraničních pionýrských organizací s obdobným zaměřením jaké má váš oddíl.

## Připravujeme se k obraně vlasti

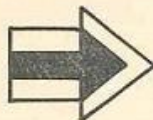
K obraně vlasti nepostačí pouze znalost historie bojů našich národů za osvobození a sociální spravedlnost, ani znalost spřátelených armád. Mladý obránce vlasti chce na základě získaných znalostí prakticky přispívat k budování a obraně socialismu. Chce být pionýrem, který zná zásady správného chování v přírodě, umí poradit svým kamarádům, pomáhá slabším. Vedle svých znalostí ovládá i řadu praktických dovedností, které využije v běžném životě i ve složitějších situacích, před které ho život může postavit.

#### Chůze v terénu podle značek, sledování osob

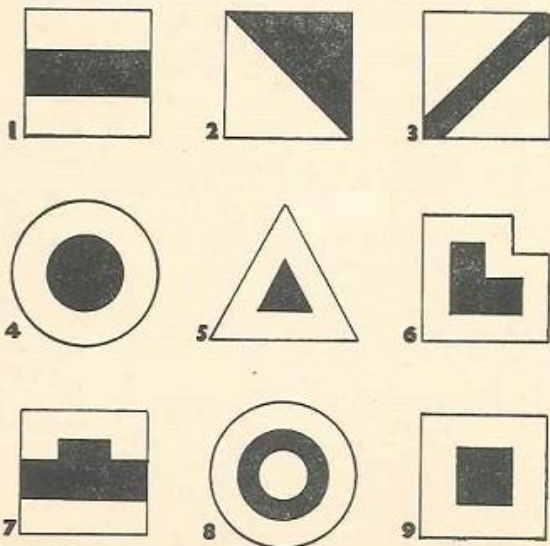
Přestože se dnes lidé pohybují nejrozličnějším způsobem, jezdí na kolech, motocyklech, v automobilech, vlacích, létají v letadlech, vrtulnicích i družicích, zůstává chůze základním způsobem přesunu. Proč? Zkuste projet na kole houštím, přejet automobilem 2 m širokou rozsedlinu, nebo s ním vyšplhat na vysokou skálu, z níž je nádherný rozhled po okolí.

A to už není řeč o těžších a větších dopravních prostředcích. Při chůzi nejlépe vychutnáte krásu krajiny, svěží vánek, šumění lesa i ptačí zpěv.

Chodíte-li sami a hledáte-li krásy přírody, můžete objevit neznámá zajímavá místa, právě tak však můžete nejkrásnější a nejpozoruhodnější místa minout. Proto se moudří lidé a milovníci přírodních krás, kteří chtějí co nejlépe využít volného času, řídí podle turistických značek, jež zpravidla vedou schůdnými cestami, nejkrásnějšími a nejtiššími místy. Abyste věděli, kam kráčíte, bývají u nádraží, na okrajích obcí a na rozcestích umístěny orientační tabulky, které vás seznámí s tím, kam která cesta vede a kolik kilometrů musíte ujít, než dosáhnete cíle. Na tabulkách bývá uvedena i vzdálenost autobusových nebo železničních stanic. V horách (např. ve Vysokých Tatrách) bývají vzdálenosti místo v kilometrech uváděny v hodinách. Barevné pásové značky velikosti 10×10 cm (příslušná barva je mezi dvěma bílými pruhy), hledeje na osmělých stromech, rozích plotů, domů, na sloupech, velkých kamenech a jiných nápadných místech. Ve větší vzdálenosti bývají umístěny na rovných cestách, z nichž nelze sejit. Přecházíte-li však rozcestí a nenajdete značku ani šípku nabázející k odbočení, vraťte se k předchozí značce a pokuste se zjistit, kde jste ze správné cesty sešli. Kromě pásových zna-



Turistické značky: 1. pásová značka (modrá, červená, zelená, žlutá); má-li podobu šípky, označuje změnu směru značené cesty, 2. okružní cesta (červená), 3. naučná stezka (zelená), 4. cesta ke studánce, prameni, 5. cesta k vrcholu, 6. cesta ke hradu, 7. cesta ke kulturní nebo přírodní památce, 8. konec cesty, 9. konec značené cesty

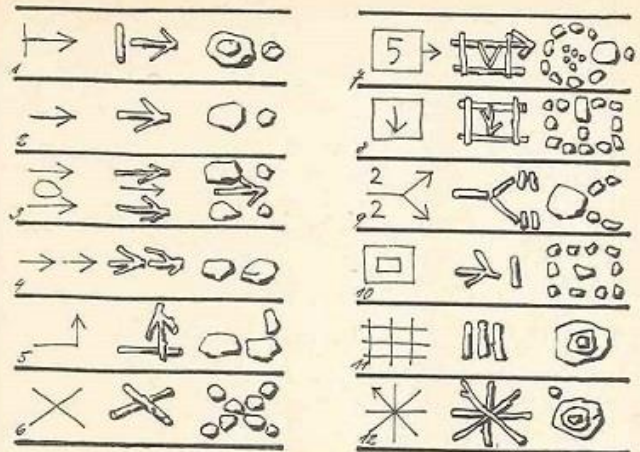


ček se můžete setkat se značkami, které vám napovědí, že v blízkosti je studánka (plný kroužek v bílém poli), vrchol hory (rovnostředný trojúhelník), hrad či jiná kulturní památka. Čtvercem rozděleným uhlopříčkou na barevný a bílý trojúhelník se značí okružní cesty, bílým čtvercem a širší barevnou uhlopříčkou naučné stezky, terčík s barevným mezikružím znamená konec značené stezky. Červeně značené cesty vedou zpravidla daleka, významné cesty bývají značeny modře, zeleně pak cesty okresního významu a žlutě cesty kratší, spojující významnější trasy nebo objekty. Turistické značky chráňte, neničte a nezakrývejte. Slouží všem a v krajních případech mohou vyčerpanému a zbloudivšímu člověku zachránit i život.

Kromě barevných turistických značek mohou být vytyčeny cesty i jiným způsobem. V horách to bývají tyče, které jsou dobře viditelné i v hlubokém sněhu, v hojně navštěvovaných místech různé tabule, poutače nebo i světelné ukazatele. Jestliže jste ztratili cestu, či dokonce zabloudili, snažte se najít nejbližší stavení, kde se buď doptáte, nebo se zorientujete podle cest, které k stavení vedou. Ve dne vám pomůže rozhled z výšiny, v noci spoléhejte na svůj sluch.

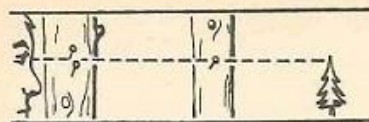
K cíli vás mohou dovést i **pochodové značky**, kterými vám označili cestu kamarádi. Mohou být složeny z klacíků, větviček, kamének, šišek, tráv, v krajním případě i vryty do země. Zásadně nekreslíme značky křídou, nevryváme je do stromů, skal, laviček a zdí. Značky se kladou zpravidla při pravém okraji cesty tak, aby nerušily ráz přírody. Abyste se nedali zmýlit cizím značením, můžete se domluvit na utajeném způsobu označení správnosti značky. Může to být např. položený list (šiška, kámen, apod.) ve stanovené vzdálenosti (50 cm) od značky vpravo nebo jiné či jinak umístěné znamení. Při kladení značek dbejte na to, abyste nepoškozovali porosty, nerušili krásu přírody. Při odbočce z přímé cesty pokládejte další značku v dohledné vzdálenosti. Cestu, která nemá být použita, označte šikmými křížky. Nebude-li cesta používána dalšími pionýry, při procházení zrušte značky, aby nevedly další poutníky k omylu.

K určenému cíli vás však nemusí vést pouze značené cesty, ale i jiný člověk. Používáte-li též cesty s jeho vědomím, je to velmi jednoduché, složitější záležitostí však je sledování vybrané osoby nenápadným způsobem. Toho budete zpravidla používat při sledování pohybu a činnosti podezřelých osob, pohybujících se v blízkosti hranic, zakázaného nebo vojenského prostoru nebo objektu, člověka, který prováděl nedovolenou činnost nebo se podezřele choval, nebo o jehož činnosti



Pochodové značky (ryté, z větviček, z kamenů): 1. odešel jsem tímto směrem, 2. jdi tímto směrem, 3. změna značení, 4. spěchej, 5. odboč tímto směrem, 6. tudy nechod, 7. dopis ukrytý 5 kroků naznačeným směrem, 8. zde je ukryt dopis, 9. rozdělili jsme se (rozdělte se) 2 + 2, 10. čekej, 11. nebezpečí, 12. tímto směrem hledej průzor, kterým uvidíš místa, odkud pokračuje značení

máte podat zprávu. K tomu je dobré být vhodně (nenápadně) oblečen, bez výrazných, blýskavých, chrastících a cinkajících částí oděvu, mít obuv s gumovou podešví. Nemůžete-li se při sledování určeného člověka střídat, nesmíte se k němu přiblížovat, aby nepojal podezření. Při pronikání nepřehledným terénem (les, skaliska, křoví) vzdálenost od sledovaného zkracujte, v terénu, kde se vám může sledovaný jen s obtížemi ztratit, ponechte mezi ním a sebou maximální vzdálenost. Chcete-li se vyvarovat nepřijemného odhalení či dokonce střetnutí, postupujte s mimořádnou obezřetností při odbočování, přechodu vrcholů a v jiných místech, kde se vám sledovaná osoba dočasně ztratí z dohledu. Největší chybou je



Průzor

rychlé dobíhání. Sledovaný se může skrýt za zdi budovy, za stromem, za terénní vinou a snadno odhalit váš spěch a všetečnost. Proto, je-li to možné, takovéto překážky obcházejte nenápadně s druhé strany, snažte se dostat na vyvýšený výhled, dobře naslouchejte, včas si ověřte stopy, jaké sledovaná osoba zanechává. Plňte-li takový úkol ve skupině, zabezpečte si pozorování sledovaného z několika míst (směrů), zprávy o vlastním pozorování a poznatcích předávejte vedoucímu optickými znameními nebo spojkami.

**Pokyny k praktické činnosti**

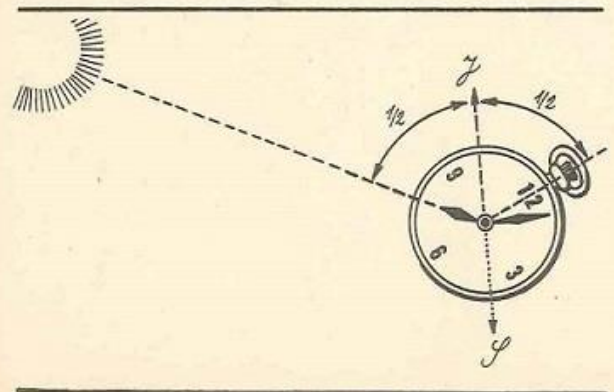
- Uspořádejte soutěž družin. Každá družina se rozdělí na značkáře a stopaře. Značkáři jdou různými cestami podle určené vedoucího oddílu a jeho pomocníků (podle počtu družin) v několikaminutovém předstihu před stopaři a značí cestu. Cílem, který značkáři ani stopaři nesmí předem znát, je společný terénní předmět (vrchol, chata, přívoz apod.). Stopaři sledují cestu vytyčenou značkáři vlastní družiny. Cesta musí být vedena pokrytým terénem s několika odbočkami a změnami směru. Družina, jejíž stopaři doběhli do cíle jako první, zvítězila.
- Jeden z instruktorů značkuje narušitele státní hranice (diverzanta, žháře apod.). Jednotlivci nebo družiny jej sledují tak, aby je „narušitel“ nezpozoroval. Pronásledovatelé, které sledovaný zpozoroval, jsou ze hry vyřazeni. Zvítězí ten, komu se podaří zjistit, kam se narušitel ukryl.
- Uspořádejte společnou vycházku podle turistických značek. Ve vedení se pionýři střídají.

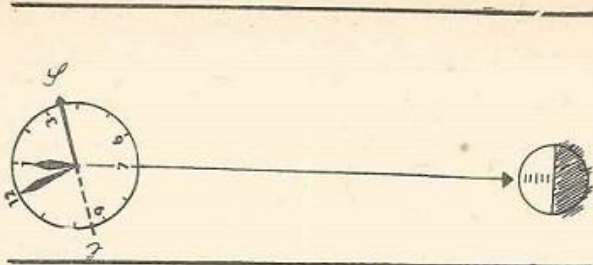
**Orientace v terénu a pochod podle azimutu**

Základem orientace je určení světových stran. Jste-li obráceni čelem k severu, máte za sebou jih, po levé ruce západ a po pravé východ. Přibližně můžete určit světové strany podle přírodních jevů. Z jara na svazích obrácených k jihu rychleji taje sníh, větve stromů na jižní straně se dříve obalují listy, větve osamělých stromů bývají na straně směřující k jihu delší a hustší. V létě vám poradí slunečnice, která svůj květ obrací za sluncem i tehdy, je-li schováno za mrakem, nebo borovice, již často na jižní straně vystupuje na povrch kůry pryskyřice. Zvláště po ránu bývají balvany na severní straně vlhčí a naopak jejich jižní strana bývá hustěji obrostlá travou. V každém ročním období vám napoví včelí úl svým česnem, kde hledat jih, právě tak jako léta na pafezech po osamělých stromech, jež jsou na jižní straně řidší.

Světové strany však rozeznáte při jasné obloze i podle Slunce, Měsíce a hvězd. Slunce je v šest hodin ráno na východě, ve 12 hodin na jihu, v 18 hodin na západě. Za hodinu se změní jeho poloha o 15 stupňů, což umožňuje využít Slun-

**Určování světových stran podle Slunce a hodinek**





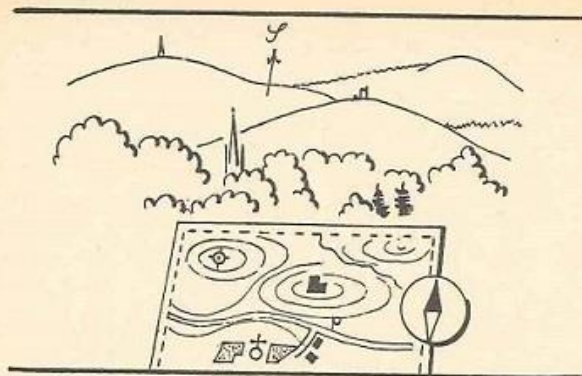
Určování světových stran podle Měsíce a hodinek

ce a hodinek k určení jihu. Zaměříte-li malou ručičku správně jdoucích hodinek ke Slunci a rozdělíte úhel mezi malou ručičkou a dvanáctkou na polovinu, směřuje půlící přímka k jihu.

Složitějším úkolem je najít světové strany podle Měsíce. Při úplňku je v 18 hodin na východě, ve 24 hod. na jihu, o 6 hodin později na západě. Vidíte-li pouze pravou polovinu Měsíce (podobá se písmenu D), je v 18 hodin na jihu a ve 24 hod. na západě. Tvoří-li písmeno C, vidíte tedy jeho levou polovinu, je ve 24 hodin na východě, v 6 hodin na jihu a jeho bledou tvář můžete spatřit i za denního světla, neboť zapadne teprve v poledne. Chcete-li však podle Měsíce určit světové strany i v jinou dobu a v ostatních fázích jeho „přibývání“ nebo „ubývání“, použijte tzv. Sluneční metody. Rozdělte celý kotouč Měsíce odhadem na 12 dílů a určete, kolik dílů zahrnuje jeho osvětlená část. Při osvětlení pravé části odečtete získané číslo od počtu hodin na hodinkách. Je-li osvětlena levá část (Měsíc „couvá“), počet odhadnutých dílů ke skutečnému času připočítejte. Číslo, které vám vyjde najdete na hodinkách, zaměřte na Měsíc a v polovině mezi tímto směrem a směrem, jímž ukazuje číslice 12, leží jih. (Příklad: Měříte ve 22 hodin, pravá polovina Měsíce má šířku 2 dílků. Odečtete 2 od deseti, osmičku zamíříte k Měsíci, mezi osmičkou a dvanáctkou je jih.)

Z hvězd se nejčastěji používá pro určení světových stran Polárky (Severky). Najdete ji na konci oje Malého vozu nebo v pětinašobném prodloužení spojnice „zadních kol“ Velkého

74



Orientace mapy podle busoly

kosti, kam ze svého stanoviště nevidíte. Při zaměřování terénních předmětů postupujte tak, že nejprve usměrníte busolu, aby magnetická stříška ukazovala na sever. Chcete-li například zjistit název obce, jejíž domky se rýsují na obzoru, vzdáleném 3 km, otočte víkem busoly tak, abyste jejím průzorem (šipkou, výřezem) viděli domek. Bez pohnutí pak přečtete, o kolik stupňů je domek uchýlen od severu. Stejný počet stupňů (dílků) pak naměřte na mapě od spojnice vlastního stanoviště se severem. Rameno úhlu směřuje do míst, kde ve vzdálenosti 3 km bude na mapě zakreslena i popsána obec. Podobným způsobem můžete zaměřit i jiné předměty, podle nichž se pak budete orientovat. (Orientační body.)

K tomu, abyste správně určili jednotlivé terénní předměty, musíte se naučit měřit nebo odhadovat jejich vzdálenosti a poznat, jak jsou tyto předměty zakreslovány do mapy. Naučíte se to nejlépe v přírodě, pokuste se proto dostat se podle mapy a busoly do míst, které si vyberete. Použijte k tomu pochodu podle azimutu, tedy úhlu, který se měří ve stupních od magnetického severu ve směru pohybu hodinových ručiček k ose pochodu nebo terénních předmětů.

Celou cestu můžete změřit a naplánovat předem doma. Zorientujte si mapu tak, aby její levý nebo pravý okraj ležel

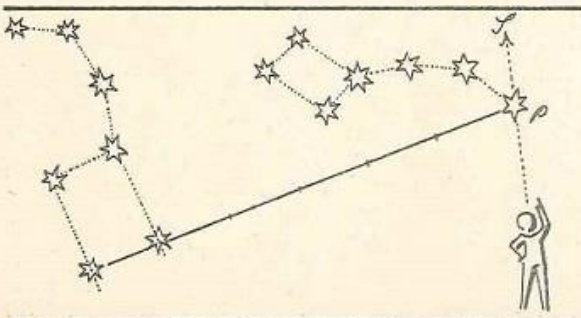
76

vozu. Její významnou vlastností je stálá poloha, podle níž poměrně přesně určíte sever. Směr sever-jih vám ukáže i spojnice nejdolejší hvězdy „meče“ známého souhvězdí Orion s nejhofejší hvězdou jeho „hlavy“.

Budete-li dobrým pozorovatelem, naučíte se nacházet světové strany i podle dalších úkazů nebo i jinými metodami. Nespolehlivěji vám však poslouží busola nebo kompas. Zakalený hrot magnetky vždy směřuje k severu, nepracujete-li s kompasem nebo busolou v blízkosti železných předmětů, vedení vysokého napětí nebo v prostoru mohutných ložisek železné rudy. (Říp, Zebín u Jičína). Otočte kompasem, busolou nebo jejím krytem tak, aby se s hrotem krytlo označení severu (S nebo N) a máte tento jednoduchý přístroj připravený k práci. Východ (V, O) je při rozdělení stupnice na 360 dílků (stupňů) označen číslem 90, jih (J nebo S) číslem 180, západ (Z nebo W) číslem 270. Některé typy busol však mají i dělení na 400, jiné dokonce na 6000 dílků.

Jakmile jste si v terénu podle busoly (kompasu) určili světové strany a zorientovali mapu tak, aby její pravý či levý okraj byl totožný se směrem jih-sever, můžete zahájit práci. Najdete-li své místo (stanoviště) na mapě, snadno pak již zjistíte jména okolních terénních předmětů (vrcholů, osad, rybníků apod.), jejich rozlehlost i to, co se skrývá v jejich blízkosti.

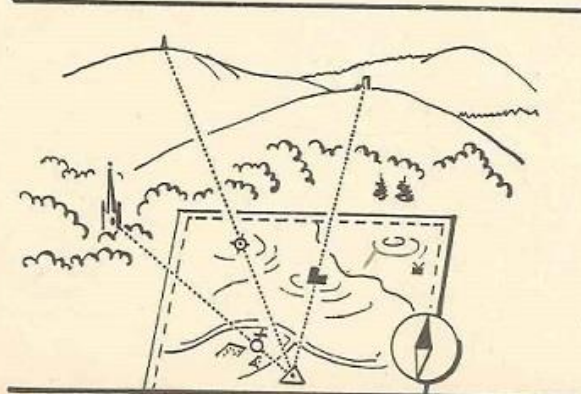
Určení světových stran podle hvězd (Polárka = S)



75

ve směru jih-sever. Najděte na mapě výchozí místo (např. klubovnu), odkud budete pochodovat. Prohlédněte si mapu případně si do ní zakreslete pochodovou osu. Tuto osu si rozdělíte na rovné úseky od jednoho orientačního bodu k druhému. Změřte si na mapě vzdálenost od výchozího místa k prvnímu orientačnímu bodu a zapište si, jakým směrem (počet stupňů) musíte v tomto prvním úseku pochodovat. Záznam může vypadat např. takto: „Klubovna — OB čís. 1 = 335°.“ Podobně změřte a zapište azimut (tak se vyznačení pochodového úhlu nazývá) i pro úsek od 1. k 2. orientačnímu bodu (OB čís. 1 — OB čís. 2). Postupně si takto změřte celou cestu. I bez mapy, pouze s busolou můžete pochodovat po určené ose, nesmíte však zapomenout měřit vzdálenosti, které jste v daném úseku ušli a ověřit si správnost pochodu podle dosaženého orientačního bodu. Srozumitelnějším a názornějším záznamem je tzv. „náčrt pochodové osy“, na němž vedle vzdáleností, azimutů a orientačních bodů můžete zakreslit podle mapy i hlavní terénní předměty (les, můstek, řeka, rybník apod.), které cestou míjíte.

Určení vlastního stanoviště podle mapy a busoly

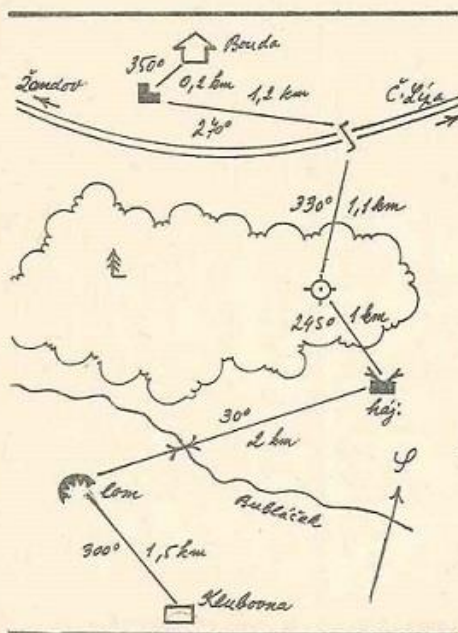


77

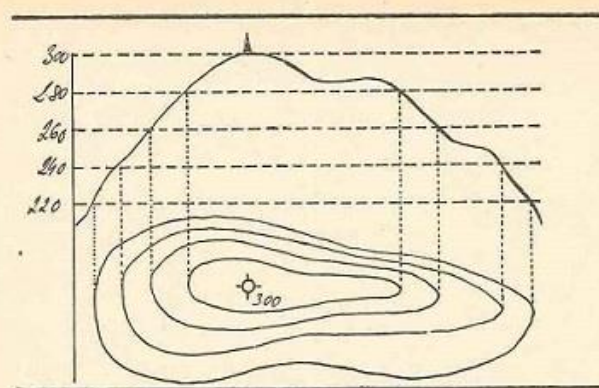
### Pokyny k praktické činnosti

- Určete světové strany podle přírodních jevů, ověřte správnost určení podle busoly nebo kompasu.
- Určete světové strany podle hodinek a Slunce.
- Určete světové strany podle hodinek a Měsíce nebo podle hvězd.
- S pomocí busoly a mapy vysvětlíte, co vidíte ze svého stanoviště v terénu.
- Určete azimut pro pochod po vybrané ose.

Názrt pochodové osy



78



Znázornění terénu vrstevnicemi

jích zákresu však je větší, než odpovídá měřítku mapy. Popisnými značkami se nazývají zvláště nápisy, zkratky a značky, doplňující charakter ostatních terénních předmětů. (Druh lesa, směr toku potoku apod.). Co která značka znamená, bývá uvedeno na okraji mapy.

Chcete-li **pochodovat podle mapy**, musíte si nejprve ujasnit, s jakým měřítkem mapy pracujete, najít si na mapě své stanoviště (výchozí místo), cíl své cesty a vybrat si osu, po níž půjdete.

Měřítko mapy vám napoví, jak daleký cíl si můžete vybrat a kolik času k jeho dosažení budete potřebovat. Předpokládejte, že v průměru ujdete za hodinu 4 kilometry, půjde-li cesta převážně obtížným terénem (přikře stoupání, klesání, hustý les, bažiny, překonávání vodního toku mimo most apod.), připočítejte ještě k plánovanému času  $\frac{1}{4}$  a počítejte i s vyšší únavou.

Při vyhledávání vlastního stanoviště na mapě nejprve zorientujte mapu podle terénu (skutečný sever odpovídá severu na mapě). Pak si vyhleďte v terénu nejméně dva výrazné body (trigonometr, kostel, most, hrad apod.), a tyto body

80

### Pochod podle mapy a busoly

Ani zvěř se netoulá po lese bezdůvodně. Hledá potravu, klidný kout pro odpočinek nebo nepajedlo kdesi v zapomenutém údolí. Tím spíše člověk, zvyklý předem promyšlet svou činnost. Vědomě či podvědomě toužíte poznat novou krajinu, vidět památné stavby, krásy přírody, navštívit místa, o nichž jste se dočetli či doslechli, vyhledat vhodný prostor pro stanování, odpočinek hry nebo soutěže. Při výběru cíle své cesty je dobré poradit se s mapou. Turistických map je dostatek, jsou každému přístupné a naučíte-li se v nich číst, dovíte se mnoho zajímavostí.

Každá mapa je vlastně zmenšeným obrazem určité části zemského povrchu. Zmenšení proti skutečným rozměrům zachycené krajiny udává tzv. měřítko mapy. Turistické mapy mají měřítko 1 : 50 000 nebo 1 : 100 000. Mapa měřítkem 1 : 100 000 například znamená, že 1 cm na mapě znázorňuje skutečnou vzdálenost 1 km. (1 cm  $\times$  100 000 = 100 000 cm = 1 km). Na turistické mapě je barevně zakreslena topografickými značkami krajina, ale i turistické zajímavosti (hrady, zámky, památky apod.) i turistické značené cesty. Výškové rozdíly jednotlivých částí terénu jsou vyjádřeny vrstevnicemi a kótami, zatímco na jiných mapách se můžete setkat i se šrafiemi stínováním nebo barevným odlišením různých výšek.

Vrstevnice jsou křivky, spojující místa se stejnou nadmořskou výškou. To znamená, že půjdete-li po vrstevnici, nestoupáte ani neklesáte, jdete-li kolmo k této křivce, překonáváte svah. Čím jsou vrstevnice blíže u sebe, tím je svah příkřejší. Na nových mapách jsou značeny vrstevnice po 20 metrech výšky.

Kóty označují číslem nadmořskou výšku určitého měřeného bodu. Bývají to zpravidla vrcholy kopců, ale i nejnižší místa proláklín a údolí či nadmořská výška vodní plochy.

Smluvené značky znázorňují na mapě terénní předměty, k nimž patří nejen budovy, mosty, ale i komunikace, lesy a vše, co je na mapě znázorněno. Smluvené značky jsou buď obrysové, bodové, čárové, nebo popisné. Obrysovými značkami se znázorňují terénní předměty, jež lze zakreslit v příslušném měřítku mapy (lesy, zahrady, vinice, rybníky, bažiny, pole apod.). Bodových značek se používá k znázornění menších terénních předmětů (hrady, zámky, studny, prameny, pomníky, myslivny, kostely, mlýny, trigonometrické body apod.). Jejich skutečné umístění je zpravidla ve středu značky. Čárové značky zobrazují cesty, silnice, železnice, ploty, hranice, vodní toky. Tyto značky přesně určují směr komunikace, šířka je-

79

vyhledejte i na mapě. Utrhněte dvě rovná stébla trávy a položte je na připravenou mapu tak, aby každé z nich směřovalo do míst, kde tento bod leží v terénu a překrývalo příslušnou značku na mapě. Kde se stébla protnou, tam přibližně leží vaše stanoviště. Zaměření třetího bodu je pak kontrolou, že jste pracovali přesně. K určení vlastního stanoviště vám pomůže i správný odhad nebo změření vzdálenosti od orientačního bodu, který jste vyhledali v terénu i na mapě.

Cíl cesty vyberte ve vzdálenosti podle času, kolik na pochod můžete věnovat. Cílem by vždy měla být některá z přírodních zajímavostí, památek, historické místo nebo prostor, v němž chcete pořádat hru, soutěž, zábavu.

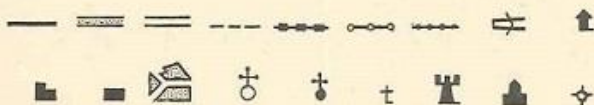
Pro pochod zvolte osu zajímavým prostředím, vyhýbejte se silnicím a příliš frekventovaným cestám. Výchozí místo, osu pochodu i cíl cesty je možno do mapy zakreslit (str. 78). Dobře si všimněte nápadných míst, kterými budete procházet a odhadněte dobu, kdy je budete mítjet. Takovými místy budou zvláště rozcestí, okraje lesů, obcí, vrcholy kopců, přechody řek, potoků, silnic a jiných terénních čar. Před zahájením pochodu si složte mapu nejlépe do pouzdra z průhledného materiálu tak, abyste na viditelné části měli celou plánovanou cestu. Kdykoliv se pak můžete přesvědčit, zda jdete správně, jakou jdete průměrnou rychlostí i kolik kilometrů vám zbývá k dosažení cíle. O správnosti dodržování osy pochodu se můžete přesvědčit nejen podle blízkých nebo viditelných terénních předmětů, ale i podle směru (azimutu), kterým jdete. Zdá-li se vám, že jste zabloudili, zorientujte mapu a podle známého způsobu vyhledejte své stanoviště. Snadno pak napravíte omyl nebo se ubezpečíte, že pochodujete správně. Zvláště v mlze, ve vánici nebo v noci si určete hustší síť orientačních bodů a častěji kontrolujte směr pochodu. Ušlou vzdálenost měřte na dvojkroky (dvojkrok = přibližně 1,5 m) nebo podle hodinek. Při velmi špatné viditelnosti ve volném terénu, kde se nemůžete držet cesty, postupujte podle azimutu a vyznačte si orientační body na dohled, třeba jen na vzdálenost několika málo metrů.

Povedete-li družinu nebo oddíl, rozdělte jeho jednotlivým členům povinnosti. Jeden pionýr, vybavený busolou, může sledovat dodržování azimutu, druhý s hodinkami měřit ušlou vzdálenost, třetí s mapou vyhledávat orientační body a ověřovat správnost dodržování určené osy. Ten, kdo určuje směr a vyhledává orientační body, postupuje několik desítek metrů před čelem pochodového proudu, aby svým měřením a pozorováním nezdržoval celý oddíl.

81

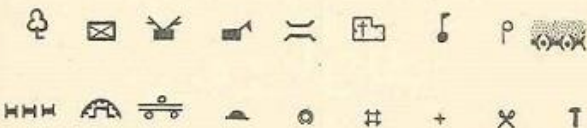
### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte soutěž ve čtení mapy. Plonýři musí v určeném čtverci (3 x 3 cm) náhodně zvoleném, vyjmenovat všechny terénní předměty a vysvětlit význam značek.
- Připravte a uskutečňte pochod oddílů (družiny) podle mapy a busoly neznámým terénem.
- V průběhu pochodu (vycházky) vyzkoušejte postupně schopnost pionýrů vyhledat vlastní stanoviště v terénu



### Smluvené značky na mapách:

Prvý řádek: železnice, hlavní silnice, vedlejší silnice, cesta, visutá lanovka, sedačková lanovka, lyžařský vleč, skokanský můstek, hrad n. zámek.  
 Druhý řádek: zřícenina hradu, dům, zastavěná plocha, kostel, kaple, kříž, rozhledna, pomník, vrchol.  
 Třetí řádek: osamělý strom, počtovní úřad, hájovna, hostinec, most, hřbitov, železniční stanice, autobusová stanice, státní hranice.  
 Čtvrtý řádek: hranice kraje, lom, stromořadí podél silnice, jeskyně, hradiště, tvrz, hrob, bojiště, místa dělnických bojů.



82

kerou na mapě sledujete, může být vyjádřena v příliš malých rozměrech, zvláště u map velkých měřítek a obtížně v ní budete zakreslovat některé podrobnosti, které jste cestou viděli a chcete si je zachytit. Proto je často výhodnější zpracovat si v přípravě pochodu „náčrt pochodové osy“. Nepotřebujete k tomu mnoho pomůcek. Vedle mapy to bude busola, čtvrtka papíru, měřítko (pravítko) a tužka.

Při zpracování náčrtu pochodové osy si položíme mapu na stůl a zorientujeme ji za pomoci busoly tak, aby její pravý nebo levý okraj ležel přesně ve směru jih-sever. Na mapě vyhledáme místo, z něhož chceme vyjít (klubovna) a cíl plánované cesty (horská bouda). Pro zpracování plánu si určíme poměr vzdálenosti na mapě k vzdálenostem na plánu tak, aby se nám celá cesta vešla na jediný list (např. sešitový formát A-4). Měří-li například na mapě 1:100 000 letmá (přímá) vzdálenost našeho cíle 5 km (5 cm), můžeme pracovat se čtyřnásobným zvětšením, čímž vznikne náčrt měřítkem 1:25 000. Na náčrtu zakreslíme výchozí místo na spodním okraji čtvrtky papíru a cíl v příslušné vzdálenosti (5 km = 20 cm) v blízkosti horního okraje náčrtu, bez ohledu na směr. Pak si pozorně na mapě vybereme osu pochodu tak, aby vedla zajímavou, ale schůdnou krajinou, v místech, kde se cesty rozcházejí nebo kde budeme odbočovat z přímého směru, si vyhledáme orientační body, které v terénu snadno najdeme (křižovatky cest, okraj lesa, můstek, osamělé stavení, vrcholy kopců a podobně).

Při zakreslování osy do plánu postupujeme od výchozího místa k 1. orientačnímu bodu tak, že změříme azimut tohoto úseku. Je to úhel, který svírá pochodová osa se směrem jih-sever. Změříme přesně délku úseku a nakreslíme čtyřnásobnou délku do plánu. Naměřili-li jsme např. 1,5 km, nakreslíme úsečku dlouhou 6 cm. K této úsečce připsáme z jedné strany azimut (např. 300°) a z druhé strany vzdálenost v kilometrech. Mapovou značkou označíme 1. orientační bod. Od něj pak změříme délku a směr 2. úseku cesty a pokračujeme v zákresu a popisu jako v prvním případě.

Abychom si mohli v průběhu cesty ověřit správnost pochodu, vyznačíme si v náčrtu i výraznější terénní předměty, s nimiž se cestou setkáme (komunikace, zahrady, lesy, vrcholy, osady apod.). Pro snadnější orientaci nakonec vyznačíme na náčrtu šipkou směr jih-sever a náčrt je hotov (str. 80).

Při pochodu pak můžeme náčrtu pochodové osy použít nejen k vyhledání cesty, místa odpočinku, rozdělení času na jednotlivé úseky a ke kontrole, zda se dostaneme k cíli do

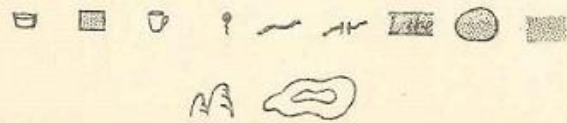
84

### Náčrt pochodové osy a situační náčrt

Pro toho, kdo se chce vydat na delší cestu, je mapa právě tak důležitou pomůckou, jako padák pro výsadkáře. Vedle řady výhod, jež spočívají zvláště v mnoha podrobnostech, přesných rozměrech a vzdálenostech a v možnostech sledování širšího okolí, má však své nevýhody. Obtížně se s ní pracuje za silného větru, deště, sněhu, zvláště nemáte-li ji účelně složenou a uloženou v mapovém pouzdru. Za zhoršené viditelnosti jsou některé značky nebo nápisy hůře čitelné, situace,



Prvý řádek: selská povstání, turistická chata, ubytovna, rekreační středisko, horská služba, lékařské ošetření, pozoruhodné místo, rodiště významné osoby, muzeum  
 Druhý řádek: informační středisko, folklor, místo s dalekým výhledem, přírodní rezervace, chráněné území, chráněná památka, památková rezervace, tábořiště, autokempink  
 Třetí řádek: lázně, koupaliště, minerální pramen, pramen, potok, vodopád, řeka, vodní plocha, lesní porost  
 Čtvrtý řádek: skalní útvar, vrstevnice



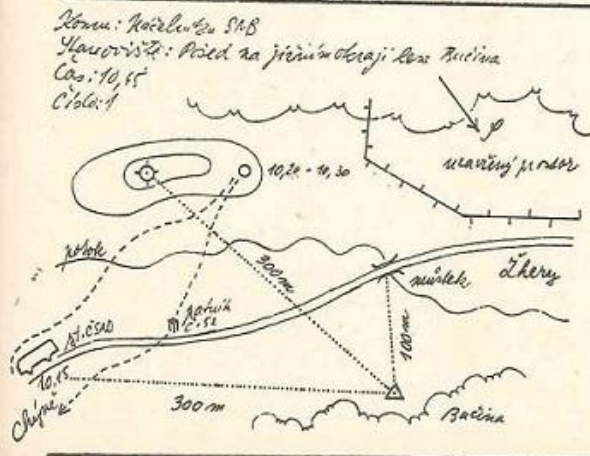
83

určené doby, ale i k zakreslování bližších zajímavostí, s nimiž se cestou setkáme. Těchto podrobností dobře využijeme buď při opakované cestě, při jejím popisu při zpracování zápisu do kroniky, nebo při předávání zprávy jinému družině nebo jinému oddílu.

Pro bližší a podrobnější zachycení situace v určitém místě se však hodí zvláště situační náčrt. Na rozdíl od náčrtu pochodové osy zobrazuje menší prostor, zpracovává se přímo v terénu a z jednoho pozorovacího místa. Proto na něm můžete zachytit více podrobností a vepsat do něj i více údajů. Slouží pak zvláště k předání zprávy jinému pionýrovi, k zapamatování situace, s níž jsme se setkali, k zaznamenání údajů, které můžeme pro svou další činnost potřebovat.

Situační náčrt: Muž ve světlém plášti a hnědém klobouku vystoupil z autobusu na okraji Chýně v 10.15, od 10.20 do 10.30 pozoroval uzavřený prostor, u patníku č. 52 se chvíli zdržel a něco tam dělal a šel směr Chýně. Muže sledují, cestu značím.

Michal Krejcar



85

Při zpracování situačního náčrtu si nejprve ujasníme, který úsek terénu, viditelného z našeho stanoviště, chceme v plánu zachytit. Jeho nejbližší místo (terénní předmět) zakreslíme na horní okraj čtvrtky papíru, podobně zakreslíme na levý okraj místo položené nejvíce vlevo a na opačnou stranu pravou hranici úseku. Podle busoly nebo jiným způsobem najdeme směr jih-sever a šipkou jej zakreslíme v místě, kde nám nebude zakrývat zobrazovanou situaci. Trojúhelníkem s tečkou na spodním okraji zakreslíme své vlastní stanoviště a vyhledáme nápadné orientační body (vrcholy, budovy, křižovatky cest, okraj lesa, můstek, osamělý strom apod.), k nimž s našeho stanoviště změříme (odhadneme) a zapíšeme vzdálenost. Těmito orientačními body mohou být i menší pevné (nepohyblivé) předměty, které bychom v mapě marně hledali. Dále zakreslíme do náčrtu situaci, kterou chceme zachytit. Může to být např. rozmištění stanů, vozidel, zjištěný pohyb, činnost nebo postavení osob v různé době, směr postupu skupiny lidí, ale i umístění telefonních přístrojů, místa první pomoci, místo kde došlo k nehodě, kde byl ztracen nebo nalezen třeba i docela malý předmět apod. Zvláštností situačního náčrtu je právě to, že zachycuje určitou momentální situaci s jejími podrobnostmi. Proto se zakresluje i předměty nebo činnosti, pro něž v mapách nejsou značky. K zákrese použijeme libovolného znaku a připojíme k němu význam, nebo vysvětlíme v legendě, tj. ve vysvětlivkách na volném místě náčrtu. Protože náčrt zobrazuje situaci v určité době, musíme k němu připsat přesný čas jeho pořízení, naše stanoviště, případně své jméno nebo i adresu a jméno toho, komu je náčrt určen k doručení. Plánek můžeme podle potřeby doplnit i stručnou zprávou. Příklad je uveden na obrázku.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Naplánujte výlet oddílů, uspořádejte soutěž družin ve zpracování náčrtu pochodové osy. Při pochodu každá družina používá svého náčrtu a doplňuje jej.
- Zahrajte si na „odhalení mrtvé schránky“. Soutěž družiny. Každá z nich se rozdělí na polovinu. První polovina pozoruje z určeného místa činnost „záškodníka“ (pomocník vedoucího, který se na signál začne pohybovat v terénu a uschová v předem určeném místě dohodnutý předmět. Pionýři zpracují zprávu se situačním náčrtem a spojkou jí doručí druhé polovině své družiny, soustředěné v místě, z něhož pionýři nemohli pozorovat činnost záškodníka. Druhá polovina družiny hledá určený předmět. Vítězí družina, která jako první splnila úkol.

86

Podobně můžeme změřit vzdálenost s pomocí milimetrového měřítka, které podržíme ve vzdálenosti 60 cm před očima. Zjistíme-li např., že délka automobilu na měřítku ukazuje 8 mm, dělíme počet centimetrů skutečného rozměru automobilu (400 cm) osmi a násobíme šesti. Vyjde nám vzdálenost v metrech. Příklad:

$$\frac{400}{8} \cdot 6 = 300 \text{ m}$$

b) **Metodou změny zorného úhlu.** Dalekohled s úhломěrnou stupnicí (1 dílek stupnice = 5 dílců) zaměříme na předmět, jehož vzdálenost se chceme zjistit. Sečteme dílky, které překrývají obraz předmětu (např. šířka domku je 10 dílců = 50 dílců). Postoupíme směrem k pozorovanému předmětu o 100 kroků a znovu změříme jeho šířku. Ukáže nám např. 11 dílců, tj. 55 dílců. Vzdálenost, o níž jsme se přiblížili (100 kroků), násobíme počtem dílců z prvního stanoviště (50) a dělíme rozdílem z druhého měření (5). Výsledkem bude vzdálenost předmětu v krocích. Příklad:

$$\frac{100 \cdot 50}{5} = 1000 \text{ kroků, tj. } 750 \text{ m}$$

c) **Rychlostí zvuku.** Hodí se zvláště pro měření větších vzdáleností. Spočívá v rozdílu rychlosti šíření světla (obrazu) a zvuku. Změříme počet sekund, které uplynou od pozorovaného jevu (záblesk výstřelu, tříštění rozbitého okna, mávnutí sekýrou, záblesk apod.) do zaslechnutí zvuku (výstřel, finčení skla, zahřmění, úder). Počet sekund násobíme 330 (přibližná rychlost šíření zvuku vzduchem), vyjde nám vzdálenost v metrech. Potřebné je umět změřit i výšku některých předmětů. Načte se alespoň základním způsobům:

a) **Podle délky stínu.** Porovnáme-li délku svých stínů s délkou měřených předmětů. Kolikrát se stín vejde do délky stínu měřeného předmětu, tolikrát je předmět větší. Příklad: tvůj stín se vejde do stínu zdi pětkrát. Ty měříš 150 cm, výška zdi je tedy 5 · 150 cm, tj. 7,5 m.

b) **Odrázev v kaluži (zrcátku).** Najdeme blízkou kaluž a postavíme se k ní tak, abychom v ní při vzpřímeném postoji viděli odraz vrcholu měřeného předmětu (např. stromu). Zapamatujeme si přesně jeho místo („O“) nebo si je označíme (holí, kaménkem). Změříme vzdálenost tohoto místa („O“) od předního okraje špičky stopy a tohoto místa („O“) od paty měřeného předmětu. Kolikrát se vzdálenost stopy od bodu

88

#### Určování vzdáleností, výšek a času

Vše co konáme, děje se v určitém prostoru a čase. Proto má pro nás často rozhodující význam správné určení vzdáleností, rozměru, výšky, skutečného (astronomického) času nebo doby, která od určité události uplynula. Mnoha starostí nás zbaví mapa, hodinky, cesty označené vzdáleností v kilometrech nebo v čase potřebném pro jejich projití, značky, uvádějící výšku např. podjezdu, mostu nebo nadmořskou výšku. I bez těchto pomůcek a popisů si však pionýr musí umět poradit.

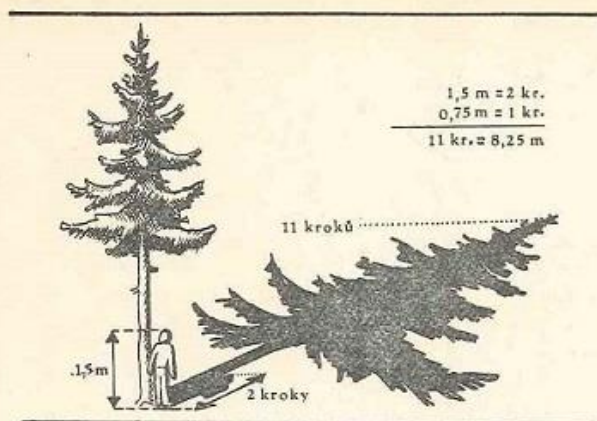
Vzdálenosti se dají měřit podle počítáče kilometrů v automobilu, podle údajů v jízdních řádech autobusů a vlaků, kratší vzdálenosti změříme podle počtu patníků, telegrafních sloupů, známe-li jejich rozestupy, nebo počtem kroků či dvoukroků. Měříme-li dvoukrok (od paty jedné stopy k patě druhé stopy téže nohy) např. 150 cm (obvyklá délka), postačí, připočteme-li k napočítaným dvoukrokům polovinu, abychom zjistili ušlou vzdálenost v metrech. Počítáme-li na kroky (75 cm), musíme naopak od zjištěného počtu kroků odečíst ¼, aby nám vyšla skutečná vzdálenost.

Často však nebudeme mít čas nebo možnost dojít k místům, jejichž vzdálenost potřebujeme zjistit. Pro ten případ se naučíme odhadovat vzdálenosti některým z těchto způsobů:

a) **Podle délky, šířky, nebo výšky předmětů.** K tomu potřebujeme znát běžné rozměry předmětů, s nimiž se v přírodě nejčastěji setkáváme. Průměrná výška člověka je např. 170 cm, okna moderních domů jsou 150 cm vysoká, dveře 2 m, výška podlaží činí přibližně 3 m, osobní automobil měří na délku zhruba 4 m, a jeho šířka je 150 cm, zatímco nákladní automobil má šířku 2 m. Těchto poznatků můžeme využít jednak k přímému nanášení délek nebo šířek k určení vzdálené vzdálenosti předmětů, jednak k odhadu vzdálenosti tzv. šířkovou metodou. Ta spočívá ve výpočtu vzdálenosti na základě podobnosti pravouhlých trojúhelníků. Přidržíme před očima ve vzdálenosti 60 cm (mírně pokrčená paže) hrot tužky (stěbla). Zaměříme jej pravým okem na předmět, jehož rozměr známe (např. dveře 2 m vysoké). Bez pohnutí ruky nebo hlavy zavřeme pravé oko a otevřeme levé. Bude se nám zdát, že hrot tužky „poskočil“ o určitou vzdálenost doprava. Kolikrát se známý rozměr (2 m) vejde do délky „skoku“ (např. 5 X), tolikrát násobíme známý rozměr (2 m) a k výsledku přidáme nulu. Výsledkem je vzdálenost předmětu v metrech. Příklad:

$$\begin{aligned} 2 \cdot 5 &= 10 \\ 10 \cdot 10 &= 100 \text{ (dveře jsou vzdáleny } 100 \text{ m)} \end{aligned}$$

87



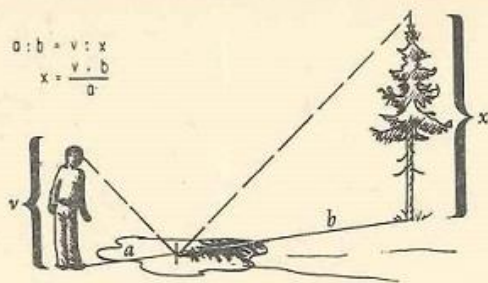
Měření výšek pomocí stínu

„O“ vejde do vzdálenosti bodu „O“ od paty měřeného předmětu, tolikrát je předmět vyšší.

c) **Posuvnou muškou na tyči.** Připravíme si tyč s posuvnou muškou (uzlem, kolíčkem apod.). Odkráčíme 10 kroků od měřeného předmětu a v tomto místě zarazíme do země tyč (vidlici). Naměříme další krok a v tomto místě přiložíme oko k zemi tak, abychom viděli přes tyč vrchol měřeného předmětu. Posuneme „mušku“ do místa, v němž spojnice oka s vrcholem měřeného předmětu protíná tyč. Změříme délku tyče od země k „mušce“ a násobíme deseti. Vyjde nám výška předmětu v metrech. Při vyšších předmětech naměříme místo deseti kroků celou stovku a výsledek násobíme stem.

**Skutečný (astronomický) čas** stanovíme nejlépe podle Slunce, máme-li busolu, nebo umíme-li bez hodiněk určit světové strany. Na jihu Slunce kulminuje ve 12 hodin, za každou hodinu „postoupí“ na své dráze o 15°. Nastavíme-li tedy stupnici busoly (kompasu) tak, aby magnetická stříelka směřovala k severu, vyznačenému na stupnici, změříme snadno, a kolik stupňů je Slunce uchýleno. Pro přesnost použijeme tenkého

89



Měření výšek odrazem v kaluži

stébla trávy, které přiložíme k okraji busoly tak, aby stín proflal její střed.

Přibližně můžeme určit čas podle přírodních jevů, zvláště podle doby otvírání a uzavírání květů jednotlivých rostlin nebo podle probouzení ptáků.

Pro časovou orientaci si zapamatujeme, že 1 sekunda trvá asi tak dlouho, než vyslovíme „jedenadvacet“, 1 minutu vydržíme bez mimořádné námahy v klidu nedýchat, hodinu trvá normální chůze na vzdálenost 4 kilometrů. Pro pozdější sledování času bez hodiněk si však můžeme připravit sluneční nebo vodní hodiny či dokonce vodního budíka. Pro přibližný odhad poslouží i svíčka, označená čárkami nebo špendlíky po naměřených časových úsecích.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Při vycházce odhadujte vzdálenost a výšku několika terénních předmětů libovolným způsobem. Správnost odhadu si ověřujte měřením.
- Zorganizujte soutěž jednotlivců v měření a odhadu vzdáleností, výšek i času.
- Seznamte se s dalšími způsoby měření a odhadu vzdáleností, výšek a času.
- Sestavte si přehled rozměrů předmětů, s nimiž se často v přírodě setkáváte.

#### Táboření v přírodě

Při kratších výletech si nemusíme lámat hlavu s místem odpočinku. Najdeme je snadno na okraji lesa, na břehu řeky, na pasece či kdesi na stráni při potoce. Chceme-li však setrvat s oddílem přes noc nebo po několik dní venku, musíme věnovat výběru tábořiště větší pozornost.

Vybíráme především místa, kde je stanování a táboření dovoleno a kde nepoškodíme vzácnější porosty nebo kulturní plodiny. V blízkosti tábořiště musí být pitná i užitková voda, vyhýbáme se místům s hojným výskytem hmyzu (komárů, ovádů, mravenců) a prostorům ohroženým vodou nebo jiným nebezpečím.

Tábořiště rozdělíme na místa podle jejich účelu a řádně je označíme. Pro stany vybereme rovnou nebo mírně se svažující travnatou plochu. Zdroj pitné vody nebo té, kterou budeme používat k vaření zřetelně označíme a zabráníme jeho znečištění a znečištění jeho okolí. Prochází-li tábořištěm potok, na jeho horním toku vyznačíme prostor pro odběr vody, dále úsek pro mytí a koupání, v poslední části pak pro praní prádla a mytí nádobí. Latrínu vybudujeme na skrytém, vzdáleném místě, ležícím od tábořiště po větru. Nemá-li k dispozici chlorové vápno, ponecháme pro postupné zasyřádání vykopané jámy zeminu. Jejím zbytkem pak při likvidaci tábořiště jámu zahrabeme a dáme místo do původního stavu. Ohniště s prostorem pro přípravu a vaření stravy vybíráme zásadně v místě, kde nerostou stromy ani keře, vzdáleném od lesa nejméně 100 m. Dbáme, aby se oheň nemohl šířit po suché trávě, listí nebo mechu. Kouř z ohně musí odcházet do volného prostoru, kde zanesená jiskra nemůže způsobit požár. K určitému pohodlí při jídle poslouží jednoduché stolky a lavičky, vyrobené z odpadového dřeva. Podle prostředí však je výhodné využít k úpravě „polního nábytku“ i vhodných pařezů, kamenů, poražených kmenů a nerovností terénu. Zásadně není dobré konzumovat stravu přímo ve stanech nebo v jejich bezprostřední blízkosti, neboť se těžko vyvarujete drobnějších odpadků, na něž se pak sbíhají mouchy, mravci nebo i myši a zneprůjemňují vám pobyt.

Pro přespaní v přírodě se hodí nejlépe lehké sportovní stany typu „A“ s podlázkou. Při stavbě stanu postupujeme od základu jako zedník při stavbě domu. Nejprve vyhlédneme vhodné místo bez kamenů, krtiny a drobné nerovnosti terénu upravíme. Stan rozprostřeme, vyrovnáme podlážku a přikolíkujeme nejprve jednu, pak druhou stranu tak, aby podlaha neměla varhánky. Pracujete-li ve dvojici, kolíkujte současně obě

#### Oblékání a příprava na pochod

Příroda je krásná v každé roční době, a my se budeme snažit její krásy poznat. Proto pionýrské oddíly budou organizovat vycházky, výlety i pochody, při nichž se pionýři seznámí s okolím, uspořádají hry, soutěže, načerpají nové poznatky a zážitky, na něž budou rádi vzpomínat.

Má-li být pobyt v přírodě příjemnou záležitostí, je třeba se na něj dobře připravit. Pohodu nám může pokazit i špatné oblečení, vláčení zbytečných nebo nevhodných zavazadel, nebo naopak nedostatek třebas i úplné maličkosti, která nám zneprůjemní cestu.

Do přírody se oblékáme účelně. Oděv má být volný, netěsnící. I za pěkného jarního nebo letního počasí musíme počítat s možností deště nebo s náhlým ochlazením. V naší výbavě by proto neměla chybět nepromokavá bunda a čepice, jdem-li na delší cestu, i teplý svetr, který podle potřeby vyložíme. Na cestu se neoblékáme příliš teple, abychom se nepotili. Po dosažení cíle nebo při delším odpočinku si oblečeme teplejší části oděvu, zvláště za studeného větru. Mimořádnou péči věnujeme obutí. Pro pochod se nehodí tenisky, střevíce s volnou patou nebo nezakrytou špičkou, ani vyšší podpatky. Nejvhodnějším obutím jsou pohorky, pionýrky nebo jiná obuv s pevnou podešví a šněrováním, které upevní kotník. Boty nesmí být těsné ani příliš volné. Do bot navlékneme nejráději dvojce ponožky, které i za teplého počasí sají pot a chrání nohy před otlaky.

Ve vaší výbavě pro pochod by neměly chybět tyto základní potřeby: lékárníčka, šití, provázek, nůž, zápalky, ručník, mýdlo, toaletní papír, jídelní miska, trochu jídla, doplňkové oblečení. Podle doby, cíle a účelu cesty přidáme do naší výbavy pokrývku, stanový dílec, sekyrku, spací pytel, baterku, svíčku.

Všechny věci, které jsme neoblékli na sebe nebo neumístili ve svých kapsách, urovnáme do batohu nebo torny tak, abychom měli volné ruce. Při balení batohu nebo torny dodržíme zásadu, že na zádech musíme mít měkké, rovné kusy, pomůcky, které nejčastěji používáme, musí být přístupné, kovové části upevněny tak, aby nechrastily. Rozměrnější nebo neskladné věci můžeme upevnit i na torně, jejich délka však nesmí sahat příliš pod pás, aby nám nepřekážely při chůzi.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Pořídte si soupis potřeb pro celodenní pochod.
- Uspořádejte závody družin nebo jednotlivců v balení torny.

strany, přičemž začnete vždy od rohů. Zatímco jeden z pionýrů vztáhne uvnitř stanu tyč a přidrží ji ve svislé poloze, druhý napne a zakolíkujme její kotevní lanko. Stejně tak postupují i při upevnění druhé tyče. Teprve pak se postupně vypne stan bočními lanky. Aby nedošlo k přílišnému utužení a tím i zkrácení stanových ploch, upevňují pionýři vždy současně dvě protilehlá lanka. Drobné nerovnosti vyrovnají tzv. „napínáky“, které podle potřeby zkrátí nebo prodlouží jednotlivá lanka. Pozornost věnujte i správnému zakončení stanu kolíky, jež se vrazí do země šikmo tak, aby s lankem tvořily pravý úhel. Napětí, ani lehké zakopnutí pak takový kolík ze země nevytáhne. Staví-li pionýr stan sám, postupuje obdobně s tím rozdílem, že připevní nejprve jednu stranu podlážky, druhou stranou pak podlahu napne a dodatečně drobné nerovnosti upraví dotažením nebo poveláním kolíků. Nejobjektivnějším bývá postavení tyče. Proto nejprve lehce vrchol stanu zakončí, tyčí stan vypne, postaví druhou tyč a konečně vyrovná hřeben stanu přitažením hlavních lan, na nichž by neměly chybět zkracovačky. Opačně pak postupují pionýři při strhávání stanu, přičemž dbají zvláště na to, aby stan byl při likvidaci suchý, zbvavený nečistot a aby se jeho stěny při stáčení zbytečně neřasily a tím neničily.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte soutěž v rychlosti stavění stanu.
- Při vycházce vyhlédněte tábořiště a uložte pionýrům vybudování a označení jeho jednotlivých částí.
- Zhotovte si v přírodě jednoduché polní židličky, lavičky, stolky.

#### Stavba ohniště a příprava stravy

Lidé nejsou lesní víly a nepostačí jim proto k životu pár kapek ranní rosy a vůně rozvíjejících se květů. Na pochodu postačí k zahánění žízně šťavnaté ovoce a k utišení hladu několik soust chleba, sušenek nebo jiné studené stravy. Při delším pobytu v přírodě se však neobejdeme bez přípravy teplé stravy a nápoje. Základním požadavkem však je umět připravit ohniště a rozdělat oheň.

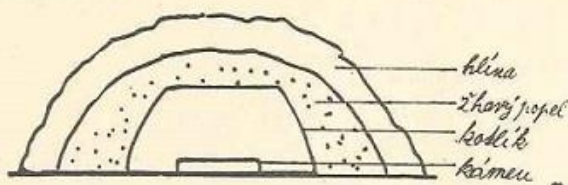
Ohniště budujeme zásadně v místech, odkud se oheň nemůže rozšířit na pole, les, obytná či hospodářská stavení, nebo tam, kde by mohl způsobit škody. Nejlépe se za ohniště hodí travnaté místo u potoka, řeky či rybníka, opuštěný lom, písčoviště. Připravujeme-li ohniště na travnaté ploše, odrýpneme drny a odložíme je stranou tak, abychom jich při odchodu

mohli použít k zakrytí vypáleného místa. Ohniště obestavíme kameny nebo drny, aby vítr neroznášel žhavý popel po okolí. Při silnějším větru nestavíme ohniště v místech, ze kterých by jiskry odlétaly ve směru lesa, polí, budov.

Za suchého počasí nám rozdělení ohně nebude činit velké potíže. Postačí hrst suché trávy, pár suchých větviček obložených silnějšími klacíky a oheň vzplane jako na povel. Ve vlhku k rozdělení ohně použijeme březové kůry, bezinkového dřeva a pryskyřičnaté kůry jehličnatých stromů, která rychle osychá. Zakládáme-li ohniště ve sněhu, v promočené půdě nebo na písčitém podkladě, odhrabeme vrchní vrstvu a vytvoříme ohniště nejprve silnějšími polínky. Na ně položíme „jádro“ ohně ze suché trávy, borových šišek, kůry a drobných větévek. Další uspořádání dřeva závisí na tom, k jakému účelu ohniště budujeme. Na uvaření stravy v kotlíku nebo na pečení vuřtů postačí obyčejný ohýnek, na něj přikládáme klacíky kolmo ke středu tak, aby nepřesahovaly „ohrádku“ z kamení. Táborové ohně stavíme do pyramidy nebo pagody, jež se podobá hranici, na jaké byli upalováni katolickou církví „kacíři“ ve středověku. K delšímu vaření stravy v kotlíku nebo v jiné nádobě bez závěsného zařízení se hodí vykopat ohniště v břehu (mezi), jež svými okraji tvoří podstavec pro umístění nádoby. Kotlík, poklopený dnem vzhůru, zahrnutý žhavým popelem a hlinou nám nahradí pečíci troubou. Maso se však dobře peče i v alobalu nebo v pergamenovém (svačino-vém) papíru, obaleném 1–2 cm vrstvou jílu, jež se vkládá přímo do žhavého popela.

Nejjednodušším teplým nápojem je čaj. Vodu svaříme v kotlíku, jakmile začne bublat, odstavíme ji, nasypeme do vody čaj a ponecháme jej 2–3 minuty vylouhovat. Máme-li obavy, že správně neodhadneme množství, odměříme předem vodu na pohárky, na každý počítáme přibližně 1/3 kávové lžičky čaje, nebo vodu naléváme do pohárků (šálků), kam si každý pionýr vhodí množství, jaké uzná za vhodné. S cezením se neobtěžujeme, čaj se po chvíli louhování usadí na dně. Podobně můžeme připravit i vitakávu (bikávu), kterou si každý v šálku rozmíchá v trošce studené vody a pak ji teprve dolijeme vařící vodou. Lahodné jsou však i čaje z šípku, malinového, jahodového nebo ostružinového listí, lipového květu, jablečných slupek, bezinkového květu, jež se připraví louhování po dobu 15–20 minut ve svařené vodě.

Poněkud pracnější je příprava stravy. Hlavní pozornost věnujeme čistotě rukou, nádobí a nezávadnosti potravin. Na cestu nebereme potraviny, jež snadno podléhají zkáze (ryby, já-



Polní pekárna

trové salámy, čerstvé měkké uzeniny a maso) tyto raději nakoupíme přímo v místě nebo je nahradíme konzervami. Potraviny (i konzervy) ukládáme v chladnu, v igelitových obalech, plechových krabicích nebo v jiném materiálu, který zabrání přístupu hmyzu, prachu a hlodavců. Pro přípravu stravy si vybereme prostor, který musí být udržován v naprosté čistotě. Nádobí a přístroje nesmí být ponechávány neumyté, ten kdo připravuje stravu, musí být umyt a čistě oblečen (zástěra, čepička). Nespoutěvané vařené jídlo se zásadně neschovává do druhého dne, zbytky se zahrabou v odpadové jámě. Pro vaření používáme pouze pitné vody, jejíž zdroj nebo zásobu je třeba pečlivě chránit. Mouku, cukr, těstoviny, rýži uschováváme v uzavřených nádobách, na suchém místě, kam nemají přístup hlodavci a hmyz.

K snídani se nejlépe hodí vaječná smaženice, chléb, bílá káva, kakao nebo čaj, pečivo nebo chléb s máslem, tvarohem, sýrem, za chladných dní i polévka, ohřátá nebo opečená uzenina.

Oběd může být jednoduchý (kotlíkový) nebo složený z polévky a příkrmu. Mimo sáčkových nebo konzervových polévek se hodí pro vaření v přírodě polévka z bujónu, bramborová, houbová, hovězí s kapáním, zeleninová nebo ze sušeného mléka. Jednoduchým příkrmem je guláš (různé způsoby), rizoto (masové, zeleninové nebo houbové), francouzské brambory, bramborová kaše nebo těstoviny s uzeninou, brambory na loupáčku s máslem a mlékem a další.

Večeře mohou být připravovány společně podobně jako obědy, nebo ve skupinách či samostatně u večerních ohniček.

Kromě běžných jídel to mohou být zvláště grilovaná masa, živalská pečeně, topinky s česnekem nebo džemem, brambory pečené v popelu.

Smažená vajíčka mohou být vylepšena škvarky nebo cibulkou, česnekem. Na půl lžice másla (2 lžice oleje) nech v kotlíku (pánvičce) rozpéct 2 lžice škvarků (1 malou cibuli, 2–4 stroužky česneku). Rozklepneme 2 vejce do šálku, přidáme 2 skořápky vody pro zjemnění chuti, špetku soli, rozvedeme a vlijeme na pánvičku se škvarky. Občas zamícháme. Jakmile vajíčko začne houstnout, seškrábeme je na studenou misku. K vaječnici se podává chléb nebo pečivo.

Bramboračku pro 3 osoby připravujeme ze tří středně velkých brambor, kousku celeru, mrkve, petržele, cibule a česneku, které oloupeme, vypereme, nakrájíme na kostičky a vhodíme do vařící vody. Po změknutí brambor a zeleniny přidáme lžičku soli, polévku zahustíme jíškou (pražená mouka na tuku) nebo moukou, nakonec ochutíme celerovou natí nebo majoránkou. Podle podmínek můžeme tuto polévku vylepšit trochou škvarků, kouskem masa nebo čerstvé nasbíranými houbami, které dobře známe. Maso i houby vaříme asi o 1/2 hodiny déle než brambory a zeleninu.

Mlékovku s kapáním začneme připravovat rozmícháním vajíčka se špetkou soli a s moukou, jež v hustším stavu nakapeme do vroucí vody. Po 3 minutách varu rozmícháme v šálku 6 lžic sušeného mléka s trochou vody, vlijeme do kotlíku s kapáním a odstavíme za ohně. Polévka pro 3 osoby po přidání kousku másla je hotova.

Guláš můžeme připravit z libovolného (hovězího, vepřového skopového) masa. Na 1 kg masa potřebujeme 2–3 větší cibule, 3 stroužky česneku, lžičku soli, špetku pepře, (papriky), kmínu, podle možnosti 2–3 syrové papriky, 2–3 rajčata, trochu mouky. Oprané, na kostky nakrájené maso necháme přibližně 1/4 hodiny dusit v trošce vody se zeleninou, paprikou, pepřem a s cibulí. Po změknutí necháme maso vysmahnout, zasypeme moukou a necháme upražit. Po zhnědnutí zalijeme maso horkou vodou a za občasného míchání necháme asi 5 minut povářit. Podle chuti přidáme sůl, pepř, papriku. Podáváme s chlebem nebo vařenými brambory.

Rizoto uvaříme z dobře vyprané rýže, libovolného (i drůbežního) masa, mrkve a hrášku. Na troše tuku necháme 3 minuty za stálého míchání upražit rýži, přidáme ostatní přísady, dolijeme vodou tak, aby sahala asi 2 cm nad povrch rýže. Důkladně smění zamícháme a jakmile se dá rýže do varu, ponecháme ji bez dalšího míchání dusit na mírném ohni asi 30 minut.

Francouzské brambory. Brambory uvařené ve slupce (vaří se asi 1/2 hodiny) oloupáme, nakrájíme na kolečka a rozložíme ve vrstvě do vymaštěného kotlíku. V druhé vrstvě položíme na brambory nakrájené uzené maso (salám) a přikryjeme další vrstvou brambor. Bez míchání necháme pokrmit prohřát a nakonec zalijeme rozmíchaným vajíčkem. Jakmile vajíčko na povrchu ztuhne, jsou brambory hotové. Podle chuti přidáme sůl, pepř, mletý kmín.

Bramborovou kaši připravíme z oloupaných vařených brambor, které po scezení rozšfoučáme a našleháme s horkým mlékem. Dá se jíst i bez masa se smaženou cibulkou.

Pro úpravu různých jídel si zapamatujeme přibližně dobu vaření:

zelenina	20–35 minut
brambory	30 minut
maso	45–60 minut
rýže	25–30 minut
knedlíky	25–30 minut
těstoviny	8 minut (a nechat dojít v horké vodě 10–15 min.)
vajíčko na tvrdo	10 minut

Nemáme-li dostatek potravin, pokusíme se využít přírodních zdrojů. Kromě jahod, borůvek, hub, malin, ostružin se dá jíst kořen pupavy (nízký rozložitý bodlák) či listy mladé kopřivy (do 10 cm výšky) nebo listy lebedy, pampelišky uvařené a nasekané jako špenát, upražené bukvice. Při pozorném probádání okolí můžeme najít i divoce rostoucí pažitku, angrešt, křen, česnek, lískový oříšek. Z tvrdších jedlých rostlin a listů můžeme uvařit i polévku, která třeba nebude mít výběrovou chuť, ale pomůže nám zahnat hlad.

Mnoho vlastních zkušeností získáme delším pobytem v přírodě a spoluprací se zkušenějšími táborníky. Vždy však dbáme na to, abychom přírodu nepoškozovali, aby po nás nezůstaly „stopy civilizace“ v podobě spálené trávy, zanechaných odpadků, znečištěných studánek.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte soutěž družin v uvaření nejchutnějšího jídla s použitím stejných druhů a stejného množství potravin. Hodnoťte i dobu přípravy, správnost dodržování hygienických zásad a pravidel požární bezpečnosti.
- Při polodenním výletu každý z pionýrů vyhledá a nasbírá nejméně 10 dkg rostlin a plodů pro přípravu nouzové stravy. Po kontrole vedoucím uspořádá společnou hostinu.



### Vaření v místnosti a uchovávání potravin

Umíte-li si poradit s přípravou stravy ve volné přírodě, nebude pro vás zvláštním uměním uvařit snídani, oběd či večeři v místnosti vybavené kamny, elektrickým či plynovým sporákem nebo alespoň vařičem. Nezměněné zůstanou i zásady hygieny, pořádku a bezpečnosti.

K vaření i jídlu používáme výhradně čistě umyté nádoby a přístroje, před každým zacházením s potravinami si umyjeme ruce. Nejprve si potraviny k vaření připravíme do hrnců, kastrolů a pánví, pak teprve zapínáme elektřinu nebo plyn. Při topení v kamnech, ale i na plynu či elektřině odstraníme z blízkosti spotřebičů hořlavé látky, zvláště lih, benzín, petrolej, čističe skvrn, papíry, látky i výrobky z PVC a podobných materiálů.

Na rozdíl od vaření v přírodě nemusíme tolik šetřit nádobami a můžeme se proto pustit i do složitějších jídel, jakými mohou být např. „vepřo-knedlo-zelo“, ovocné knedlíky, zeleninové karbanátky, maso v mrkvi s bramborem a mnoho dalších. O postupu při vaření se dočtete v běžné „kuchařce“, která je součástí téměř každé domácnosti. Vybíráme z ní však především jídla bohatá na vitamíny (ovoce, zelenina, brambory, mléko, čerstvé maso), moučnick nahradíme syrovým ovocem nebo zeleninovým salátem.

Pro úschovu potravin platí zásada, že není nad čerstvé jídlo. Uvaříme jen tolik, kolik se na posezení nebo nejvýše v průběhu dne sní. Potraviny, které podléhají rychlé zkáze (mléko, maso, droždí, sýry, houby a každé „hотовé“ jídlo) uchováváme v chladničce, mouku, cukr, rýži, těstoviny v uzavřených obalech (sáčcích, krabíčkách) a na místech, kam se nedostane hmyz, zvláště mouchy. Brambory se uskládají v tmavých, chladných sklepích a začínají-li klíčit, nehodí se k vaření ve slupce. Při loupání nešetříme a vyloupneme i lože klíčků.

Při práci v kuchyni budeme pozorní. Je to místo, kde nejčastěji dochází k úrazům. Zvláště nepoužíváme poškozených elektrických spotřebičů, neodkrýváme naráz pokličky v blízkosti obličeje. Pro uchopení poklice, hrnce či kastrolu máme vždy připravenou „chňapku“ (palčák nebo alespoň silnější hadr). Potraviny krájíme na pevně položeném prkénku, odpadky, po nichž můžeme uklouznout, nenecháváme padat na zem, máme-li delší vlasy, musíme je mít sepnuté a přikryté, nenahybáme se nad otevřený oheň.

Přes všechnu opatrnost může dojít k menšímu úrazu (popálení, říznutí, škrábnutí) a těmto možnostem musí odpovídat i vybavení příruční lékárničky.

93

rého povedeme před sebou. Při vázání smyčky uchopíme provaz s dlouhým koncem do pravé ruky, kratší konec přidržíme dole levou rukou. Pravá ruka s uvolněným provazem opíše kruh tak, aby se vytvořilo „oko“. Provaz z levé ruky nepoušíme, pravou podvlekneme do oka smyčky, do níž pak vložíme libovolný předmět. Smyčka se takem upevňuje, neklouže, po vyvlečení předmětu ze smyčky se provaz uvolní, nevytvoří uzel. Můžeme ji vytvořit i uprostřed lana v libovolném počtu a hodí se proto i k upoutání a vlečení většího počtu předmětů nebo i k vodění zajatců.

**Plochá (ambulantní) spojka** nám poslouží zvláště k spojování přetržených kabelů nebo k navázání dvou konců obvazů. Její výhoda spočívá v malém objemu uzlu a v rozloženém tlaku na jednotlivé části provazu (kabelu), takže je pevnější a snadno se netrhá. Touto spojkou spojený obvaz netlačí. Při jejím vázání položíme jeden provázek z levé, druhý z pravé strany tak, aby ležely konci vedle sebe. Konec pravého přeložíme přes levý, konec levého přes pravý díl provázku. Vázání dokončíme podvlečením pravého pod smyčku levého a provlečením jeho okem. Po utáhnutí je spojka pevná a jde-li o kabel, omotává se celá spojka tenkým drátkem a izolací.

**Loďní (dvojitá) smyčka** se hodí nejen k uvazování loďí ke kúlům, ale i k upevňování telefonního kabelu na kolký, kotvení stanových lanek a k jiným kouzlům. Smyčka je pevná, neklouže a větším tahem se neustále upevňuje. Při jejím vázání vykouzlíme nejprve na zemi (v ruce) jakési „brýle“, přičemž dbáme, aby u druhého „oka“ procházelo lano spodem. „Brýle“ pak složíme a navlékneme na hůl nejprve okem s koncem lana a pak druhým okem s delším koncem. Jmž smyčku utáhneme. Po nabytí zručnosti ji zhotovíme v několika sekundách i z lana silného jako dětská ruka.

**Zkracovačka** je určena zvláště pro zkracování lana, jež by bylo škoda řezat, stříhat a navazovat. Použijeme ji při zkrácení stanového lanka nebo lana, na něž potřebujeme pověsit těžší předmět v určité výšce. Na laně uděláme delší protažený esovitý záhyb přibližně o poloviční délce zamýšleného zkrácení. Záhyb na obou koncích obhodíme jednoduchou smyčkou a pevně utáhneme. Pokud bude lano napjaté (zatíženo), nepovolí. Pro delší použití můžeme oky prostrčit klacíky, které i při uvolnění lana zabrání rozvázání smyčky.

Je mnoho dalších uzlů, které se používají při nejrůznějších příležitostech. Naučíme-li se však těmto několika základním, jistě jich v praxi využijeme.

100

### Pokyny k praktické činnosti

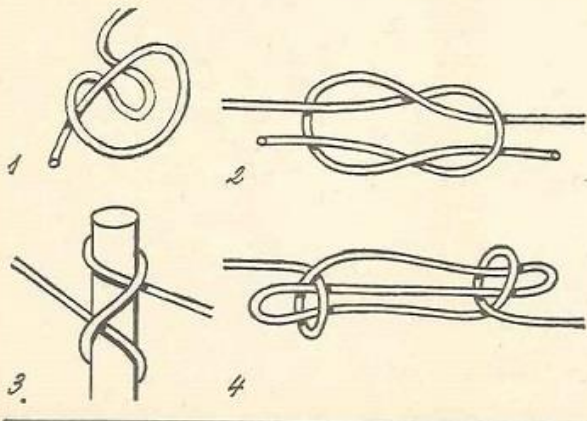
- Uspořádejte kvíz, v němž každý pionýr (družina) vysvětlí, jak bude vařit jídlo, které si vylosuje.
- Procvičte ošetření úrazů, ke kterým může dojít při vaření (popálení, opaření, říznutí, píchnutí).

### Uzly a jejich využití

K navázání přátelství nám postačí dobré slovo nebo třeba jen vřelý úsměv. Chceme-li však navázat nit, připoutat loďku, zkrátit lanko nebo upevnit telefonní kabel, hodí se nám znalost různé manipulace s nitěmi, provázky, lany či kabely, především pak vázání uzlů.

**Draží (pevná) smyčka** má široké použití, neboť je velmi pevná. Lze na ni přivázat právě tak břemeno, které chceme vytáhnout z hlubiny, jako dozadu stočené ruce zajatce, kte-

Vázání uzlů: 1. draží smyčka, 2. plochá spojka, 3. loďní smyčka, 4. zkracovačka



99

### Pokyny k praktické činnosti

- Přivažte „zajatce“ ke stromu (sloupu) tak, aby se bez kamarádovy pomoci z úvazu nevyprostil.
- Procvičte vázání loďní smyčky tak, abyste připoutali loď ke kúlu nejdéle během 5 sekund.
- Uspořádejte soutěž v rychlosti a pevnosti vázání uzlů.
- Vyzdobte svou klubovnu vzorky uzlů s uvedením, k čemu se hodí.

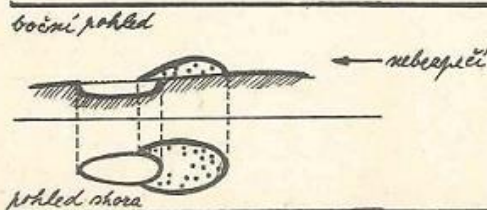
### Budování okopů a jejich maskování

Pud sebezáchovy nutí člověka k tomu, aby před ranami a náhlým ohrožením uhýbal nebo se schovával. Očekává-li nebezpečí, jako například v boji, kdy létá ve vzduchu všelijaké harampádí, vybírá a vytváří si pro ukrytí co nejlepší podmínky.

Při náhlém ohrožení (očekávání výbuchu, střely), zaléhá člověk do příkopu, za hromádku země, silný peň stromu a kryje si především nejdůležitější část těla — hlavu. Při nedostatku času si buduje s pomocí lopaty, rýče, nebo alespoň polní lopatky okop, v němž ukryje celé své tělo. K hloubení okopu je třeba zvolit vhodné místo, z něhož každý bude mít rozhled a přitom nebude viděn. Může to být rovina nebo odvrácený svah. Nikdy nebudujeme okop na přivráceném svahu, do něhož je ze strany nepřítel vidět. Můžeme v něm být snadno zasaženi.

Budování okopu začneme od místa, kde chceme uložit svou hrud, ramena, postupně pak vytvoříme prohlubeň 20–30 cm pro břicho, pánev a nohy. Vytěženou zeminu ukládáme před

### Budování okopu



101

okop ve směru nepřítel. Největší vrstvu vytvoříme před svou hlavou, od ní pak budujeme povlovný svah směrem k nepříteli. Zamaskujeme-li takto upravený okop drny, trávou, listím nebo jiným materiálem, jakým je pokryto okolí, bude okop k nerozeznání od ostatní krajiny. Zbývá-li nám dostatek času, pokračujeme v prohlubování okopu tak, abychom v něm mohli nejdříve pokleknout, případně se i postavit. Vytěženou zeminu můžeme v tomto případě „uklidit“ do blízké prolákliny, rozptýlit jí po terénu tak, aby se nestala nápadnou, nebo z ní vytvořit klamný okop. Okop však musí být nejvýše tak hluboký, abychom z něj mohli podle potřeby vyhlížet, sledovat okolí a střilet. Stěny okopů, které mají odolat tlaku vzduchu, který vzniká při výbuchích klasických, ale zvláště jaderných náloží (bomb, granátů, raket), se vyztužují dřevem (prkny, kůly), proutím a zastřešují se v některých částech silnými břevny, jež se pokrývají vrstvou zeminy.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vybudujte na okraji lesa (na louce, v pískovišti) okop, zamaskujte jej a přesvědčte se, zda při pozorování ze vzdálenosti 50–100 m splývá s okolím.
- Uspořádejte závod v rychlosti a správnosti vybudování okopu pro ležícího střelce.

#### Pozorování a stopování

Díváme-li se soustavně, opakovaně určitým způsobem do vymezeného prostoru nebo místa, říkáme tomu pozorování. Tato činnost má vždy konkrétní cíl, jehož chceme pozorováním dosáhnout. Může to být například objevení určité věci, člověka, zvířete, zjištění jakéhokoli pohybu, ohně, dýmu, změny v terénu apod. Vojačí pozorují zvláště proto, aby odhalili přítomnost, pohyb nebo druh činnosti nepřítel, jeho sílu, počet zbraní a bojové techniky.

K pozorování si zvolíme vhodné místo. Pro den se nejlépe hodí vyvýšenina nebo stráž, spadající směrem k pozorovanému prostoru. Nestavíme se však na vršek (hřbet), aby se naše siluety nerýsovaly na obzoru. V noci se pozorovatel umísťuje naopak níže, aby proti světlejšímu obzoru rozpoznal pohyb.

Pozorovateli pomáhá zrak, k jehož zlepšení může být vyba-ven dalekohledem, ale i sluch, který zvláště v noci nebo za špatné viditelnosti (mlha, chumelenice) je dobrým zdrojem informací.

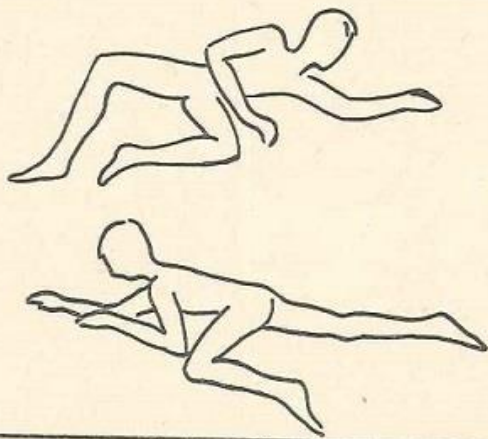
102

na vystřídán. Za špatného počasí nebo ve zvláště obtížných podmínkách může být doba střídání zkrácena na polovinu. Pro delší pozorování se vyplatí vybudovat pozorovatelnu, která ukryje dvojici před zraky nepřítel i před nepřítelným počasím.

Určitým druhem pozorování je ve své podstatě i stopování a sledování osob a jejich činnosti. Používají jej zvláště příslušníci Bezpečnosti, Pohraniční stráže a některých dalších ozbrojených složek. Specifické poslání má pak stopování zvířete.

Při stopování neznámé osoby si všimnete zvláště směru pohybu, činnosti při chůzi, věcí, které sledovaný nese, sbírá či odhazuje. Abyste mohli podat o sledovaném zprávu, snažte se poznat co nejvíce jeho charakteristických rysů, k nimž patří zvláště: přibližný věk, zda jde o muže či ženu, výška, tělnatost (štíhlý, otlý), oblečení, tvar hlavy, nápadné vlastnosti (např. kulhá na levou nohu), velikost bot (můžete změřit stopu) a další. Můžete-li pozorovat sledovaného zblízka, všimněte si zvláště barvy vlasů, tvaru rtů, očí obočí, nosu, uší, brady.

#### Plížení na boku a po čtyřech



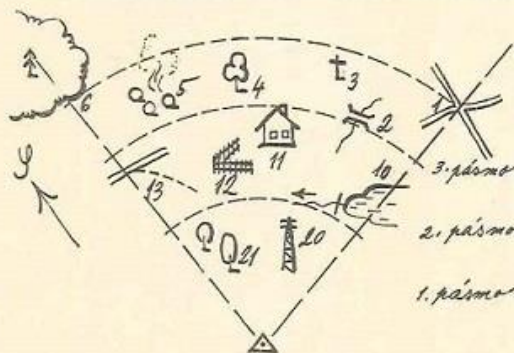
104

K zabezpečení systematického pozorování a k snadnějšímu předávání zpráv určuje se pozorovateli „pozorovací sektor“, jenž je dán pravou a levou hranicí, v něm pak 3 pásma, určená vzdáleností. 1. pásmo bývá hluboké do 800 m, druhé od 800 do 1500 m, třetí — nejvzdálenější od 1500 m dále. V každém pásmu se stanoví několik orientačních bodů, podle nichž se pozorovatel snadno domluví se svým velitelem.

Pozorování se provádí tak, že pozorovatel propátrává zrakem terén zprava doleva, od nejbližšího pásma k nejvzdálenějšímu. Zvláště si všimá pokrytých (zarostlých) míst, proláklín, skalisek a podobných terenních předmětů a tvarů, kde se může člověk nebo zvíře snadno ukrýt. Zjistí-li cokoliv podezřelého, poznačí si místo, přesný čas a to, co pozoroval do zápisníku a pokračuje v sledování celého pozorovacího sektoru. K místu, kde zjistil pohyb, se však častěji očima vrací.

Nejlépe se pracuje ve dvojici. První pozorovatel nastupuje v lichou, druhý v sudou hodinu. Oba pozorují společně, jeden přitom pořizuje záznam a předává signály nebo zprávy. Po 2 hodinách je vystřídán 1. pozorovatel, druhý pak zůstává s novým v hodinu na stanovišti, dokud sám není v sudou hodi-

#### Pozorovací sektor



103

prstů na rukou. Cennými rozpoznávacími znaky bývají různé vady vrozené či získané, zvláště jizvy, chybějící články prstů, vady nehtů, výrůstky v obličejí, barevné skvrny apod. K vyhledání pozorované osoby často pomůže i její přípodobnění známému herci, sportovci nebo jiné známé osobě.

Pozorování i sledování se dobře nacvičuje. Vyzkoušejte si proto některé z následujících činností.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Určete pozorovací stanoviště, sektor, pásma, orientační body. Rozdělte oddíl na pozorovací dvojice. Značkejte v terénu činnost, kterou musí pozorovatelé přesně pochytit v zápisníku nebo o ní předat zprávu.
- Domluvte se s člověkem, kterého pionýři neznají, aby prošel určenou trasou podél vašeho stanoviště. Rozdělte oddíl na dvojice. První z dvojice pozorují neznámého a zprávu o něm podají druhému pionýrovi, který má za úkol sledovaného najít mezi neznámými lidmi.

#### Místní orgány a společenské organizace

Jednou ze zvláštností socialistického státu, jakým je naše republika, je také to, že na rozdíl od kapitalistického zřízení slouží všechny její orgány lidu a jsou jím také řízeny. V obcích a městech jsou to zvláště místní, obvodní a městské národní výbory, správy a oddělení SNB, základní organizace Svazarmu, ČSČK a další organizace Národní fronty. Nejširší působnost mají národní výbory, jejichž nejnižší složkou jsou místní národní výbory (MNV). Řeší většinu záležitostí občanů, kteří bydlí v místě, dbají o pořádek a ochranu svých obyvatel, pečují též o výchovu mládeže a vytvářejí k tomu potřebné podmínky. V různých komisích národních výborů pracuje celá řada ochotných občanů, čímž se aktivně podílejí na řízení a správě záležitostí, týkajících se všech obyvatel.

Ve velkých městech spravují záležitosti svých občanů městské nebo obvodní národní výbory, jež mají působnost okresního nebo místního měřítka.

Ochranu obyvatel před narušiteli pořádku, výtržníky, zloději, škůdci nejrůznějšího druhu zabezpečují příslušníci Sboru národní bezpečnosti, kteří též dbají na bezpečnost dopravy. Také jim pomáhají dobrovolníci, označení červenou rukávovou páskou, s nimiž se můžete setkat v rušném silničním provozu nebo i při jiných akcích.

105

O naše zdraví pečují okresní a obvodní lékaři, okresní nebo obvodní hygienici, okresní nebo krajské ústavy národního zdraví a specializovaná zdravotnická zařízení. Šíření zdravotnické osvěty, pomoc v sociální, zdravotnické a branné oblasti zabezpečují též organizace i jednotliví pracovníci Československého červeného kříže.

Doručování zpráv, dopisů, balíků, telegramů a zprostředkování telefonních hovorů zabezpečují místní pošty nebo okresní a obvodní poštovní správy, se svými podřízenými orgány.

Naše životy i majetek proti ohni chrání prevencí i zásahy v případě potřeby Svaz požární ochrany ČSSR, Státní požární inspekce a řada městských, místních i dobrovolných požárních sborů. SPO pomáhá při výchově dospělých lidí i mládeže, spolupracuje s místními národními výbory v zajišťování protipožární bezpečnosti.

Všechny tyto orgány se řídí linií vytyčenou Komunistickou stranou Československa, jejíž základní organizace pracují v místě i v závodech. Vedle těchto orgánů a organizací pracuje v každé obci nebo městě řada dalších orgánů a organizací účelově zaměřených, sdružujících občany společných zájmů. Každý pionýr by měl znát místa působitě těchto orgánů, jejich vedoucí funkcionáře a způsob, jak se s nimi může poradit osobně nebo telefonicky.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Poriďte seznam státních orgánů a společenských organizací obce (obcí) v níž pracuje váš oddíl, seznamte se s jejich předsedy (vedoucími).
- Zpracujte do programu činnosti vašeho oddílu setkání s vedoucími osobnostmi veřejného života ve vaší obci (okresu).

#### Hodností a funkční označení našich ozbrojených sil

Vojáci a příslušníci ostatních ozbrojených sil a složek se navzájem liší nejen svou odborností, druhem vojska a zbraněmi, které nosí nebo obsluhují, ale také svými zkušenostmi, vědomostmi, dovednostmi i délkou služby. Podle toho jsou jim pak udělovány hodnosti, funkce a tituly. Následující tabulka dává přehled o hodnostech našich vojáků (včetně pohraničnicků) a příslušníků SNB:

Označení	Název hodnosti		Skupina
	vojáků	přísl. SNB	
Prázdný nárameník	vojín	—	mužstvo
Niklový cvoček	1	svobodník	poddůstojníci
	2	desátník	
	3	četař	
Stříbrná hvězda	1	rotný	praporčíci
	2	rotmistr	
	3	nadrotmistr	
Stříbrné lemování a stříbrná hvězda	1	podpraporčík	praporčíci
	2	praporčík	
	3	nadpraporčík	
Zlatá hvězda	1	podporučík	nižší důstojníci
	2	poručík	
	3	nadporučík	
	4	kapitán	
Zlaté lemování a zlatá hvězda	1	major	vyšší důstojníci
	2	podplukovník	
	3	plukovník	
Mohutné zlaté lemování, palcáty, ratolesti, zlatá hvězda	1	generálmajor	generálové
	2	generálporučík	
	3	generálplukovník	
	4	armádní generál	

Příslušníci Lidových milic mají na svých náramenících funkční označení, složené z pásků a hvězdiček. Červené pásky bez hvězdiček mají velitelé družstev, zástupci velitelů a velitelé čet, stříbrné funkcionáři roty, zlatové funkcionáři praporů. Jednu stříbrnou pásku s malými rudými hvězdami mají příslušníci a velitelé okresních štábů, dvě stříbrné pásky s hvězdami příslušníci a velitelé krajských štábů, zlatové pásky s velkými hvězdami jsou vyhrazeny pro příslušníky a velitele národních štábů a hlavního štábu LM.

#### Pokyny k praktické činnosti:

- Uspořádejte soutěž v rozlišování hodností vojáků.
- Poriďte si nástenku s hodnostmi a funkčními znaky našich ozbrojených sil.

#### Vojenské školy

Má-li zůstat ČSLA moderní, plně bojeschopnou armádou, musí být neustále doplňována nejschopnějšími mladými muži, v omezeném množství i děvčaty, kteří si práci v armádě zvolili za své povolání. A právě pionýři, kteří pracují v některém z branně zaměřených oddílů a soutěží o odznak MOV, by měli o takové možnosti uvažovat. Získané znalosti a dovednosti můžete plně uplatnit a rozvinout nebo doplnit v některé vojenské škole, v níž se mládež připravuje na budoucí povolání důstojníka nebo praporčíka.

Ze základních škol mohou být zdraví žáci osmých tříd s dobrým prospěchem přijati po zkouškách buď do vojenského gymnázia, nebo do vojenské střední odborné školy. Vojenská gymnázia jsou v Moravské Třebové, Opavě, Banské Bystrici a v Praze. Hlavními předměty zde jsou vedle mateřského jazyka a ruštiny matematika a fyzika, učí se však i občanské nauce, dějepisu, zeměpisu, deskriptivní geometrii, chemii, biologii a geologii, výtvarné nebo hudební výchově a vojenské přípravě. Žáci studují i jeden další cizí jazyk, jímž může být němčina, angličtina nebo francouzština. Během studia se mohou žáci zúčastnit matematických, fyzikálních a chemických olympiád, literárních, hudebních, recitačních, sportovních a jiných zájmových soutěží. Žáci jsou bezplatně ubytováni, stravováni, dostávají měsíční kapesné. Mimo letních šestidenních prázdnin tráví 10 dnů volna v době vánoc, 7 dnů jarních prázdnin a dostávají ročně další 2–3 krátké dovolené k ná-

vštěvě rodičů. Po maturitní zkoušce z mateřského a ruského jazyka, matematiky a jednoho vybraného předmětu, přejde žák na studium některé vysoké vojenské školy, po jejímž absolvování se stane důstojníkem z povolání.

Vojenské střední odborné školy (VSOŠ), jichž je celá řada, připravují své žáky pro velitelské a technické funkce v oborech dělostřelectva, ženijního vojska, výzbrojní služby, rádiové a jiné spojovací techniky, protivzdušné obrany, výpočetní techniky, proviantní, výstrojní a zdravotní služby, služby pohonných hmot, chemického železničního a silničního vojska, tankové a automobilní služby, inženýrskoletectvé a povětrnostní služby a dalších. Vojenská hudební škola Vito Nejedlého v Roudnici nad Labem připravuje své žáky k výkonu funkce u vojenských hudeb. Žáci v rámci čtyřletého studia siož rovněž maturitní zkoušku, jež se rovná vzdělání na civilních středních odborných školách, a vykonají i tzv. „náhradní službu“, takže už po ukončení VSOŠ se stávají vojáky z povolání v hodnostech rotmistrů a jsou zařazováni do praporčíckých funkcí ve vojscích ČSLA. Nejlepší absolventi mohou být ihned po ukončení studia vybráni ke studiu na vojenské vysoké škole nebo ustanoveni do základní důstojnické hodnosti.

Pro starší chlapce (18–23 let), vyučené v některém oboru bez maturity, jsou určeny dvouleté důstojnické školy, v jejichž průběhu se stávají vojáky z povolání a po absolvování školy jsou zařazováni jako nižší důstojníci do odpovědných funkcí. I jim je umožněno v dalších letech po nabytí praxe získat vysokoškolské vzdělání.

Hlavní formou přípravy pro službu vojáka z povolání jsou však vysoké vojenské školy, na něž jsou po splnění stanovených podmínek přijímáni absolventi středních všeobecně vzdělávacích nebo odborných škol. Z těchto škol pak vycházejí po pěti až šestiletém studiu důstojníci, kteří tvoří páteř velitelského sboru našich ozbrojených sil.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vytypujte, kteří pionýři vašeho oddílu by se vzhledem k svým vlastnostem hodili za vojáka z povolání a doporučte okresní vojenské správě, aby s nimi projednala možnost studia na vojenské škole.
- Pozvete na schůzku oddílu žáka vojenské školy nebo pracovníka vojenské správy k uspořádání besedy.

## Organizace jednotek

Člověk dokáže mnohem víc, není-li sám. Tato zásada platí i pro vedení boje a plnění jiných branných úkolů. Proto také vojáci nebojují sami, ale jsou vždy začleněni do určité jednotky, jednotka pak do útvaru, útvar do svazku, svazky do svazu.

**Družstvo nebo osádka** určitého bojového vozidla (tanku, obrněného transportéru, bojového vozidla pěchoty) je nejmenší jednotkou. Tvorbí ji vždy velitel družstva (tanku apod.) a několik bojovníků, kteří mají různé úkoly a podle toho jsou i vyzbrojeni. U motostřeleckého družstva to může být např. kulometník, nabíječ, samopalník, pancéřovník.

**Četa** je další jednotkou, v níž už bývají začleněna 2–3 družstva nebo několik osádek. Velitel čety má zpravidla i svého zástupce.

**Rota** (u dělostřelců se jí říká „baterie“), má několik čet, svého velitele se zástupcem pro politické věci, staršinou, pečujícím o materiál, a některými speciálními družstvy, zabezpečujícími činnost roty.

**Prapor** (u dělostřelců „oddíl“) je nejvyšší jednotkou. Kromě několika rot má zpravidla speciální čety (např. průzkumnou, spojovací) nebo družstva, své dělostřelecké, protiletadlové a protitankové zbraně a podle druhu vojska další prostředky. Také jeho velení je pestřejší. Kromě velitele a zástupců má svůj štáb, kterému velí náčelník štábu praporu. Jeho posláním je plánovat, organizovat a zabezpečovat činnost této jednotky, organizovat plnění rozkazů vydaných velitelem.

Útvarem bývá zpravidla pluk, samostatný prapor nebo oddíl. **Pluk** tvoří několik praporů a oddílů, má vedle velitele, štábu, samostatných funkcionářů své průzkumné, velitelské, spojovací, dopravní, technické, zdravotnické, ženijní a protichemické i další jednotky. Je schopen plnit samostatně bojové úkoly v obraně i v útoku.

Svazkem se nazývá zpravidla divize nebo brigáda. **Divize** je složena z několika pluků, oddílů a dalších jednotek druhů vojsk a služeb.

**Brigádu** tvoří prapory nebo oddíly. Tohoto typu organizace se užívá zvláště u některých speciálních druhů vojsk (silniční, ženijní, chemické apod.), setkává se s nimi i v některých cílech armádách.

**Armáda** je v organizačním smyslu svazem, zahrnujícím několik divizí brigád a samostatných útvarů.

Organizace vojsk se však může od těchto obecných zásad v konkrétních podmínkách značně lišit, neboť musí vždy odpovídat především úkolům, které má plnit.

110

na povel „přískokem vpřed!“ běžíme přikrčeně, kličujeme, po pěti až sedmi skocích rychle zalehneme, pokud možno za hrbol země nebo jiný terénní předmět tak, abychom sami viděli, ale zůstali skryti.

**Pohyb** v rojnici je rovněž jedním ze způsobů bezpečného přibližování. Neprovádí-li se přískoky, rozmístí se družstvo v terénu tak, aby jeho jednotliví členové nebyli na stejné úrovni. Vzájemná vzdálenost je 5–7 m, rozestavení nepravdělné, šachovité do celé hloubky 10–15 metrů. V rojnici se zpravidla postupuje rychlým krokem při přibližování se k nepříteli nebo při pročišťování terénu. Bojovníci musí být připraveni na povel rychle zalehnout nebo během překonat zbývající vzdálenost.

**Zteč** je rychlým překonáním kratší vzdálenosti (několik desítek metrů), při níž již bojovníci nezaléhají, ale rychle běžící vpřed. Ze vzdálenosti 25–20 m vrhají za běhu granáty, kryjí si předloktím obličej a rychle vnikají do sestavy nepříteli. Při větších vzdálenostech se zteč zahajuje rychlým krokem, zásadně se nesmí zaléhat, krok se zrychluje a přechází ve stále rychlejší běh, zakončuje se pokřikem „huráá“.

**Povely** se v boji vydávají buď hlasem nebo paží, ve větších jednotkách a v útvarech se používá malých rádiových. Nejčastější povely pro malé jednotky a jednotlivce jsou „Přibližím vpřed!“, „Přískokem vpřed!“, „K zemi!“, „Na zteč připraviti!“ a „Vpřed!“. Velitel se zpravidla zdržuje ve sféře sestavy, aby měl přehled o činnosti jednotky a hlasem jí ovládl. Nelze-li velet hlasem, vztyčená paže znamená „Pozor“, mávnutí nataženou paží určitým směrem značí „Vpřed!“, sklonění paže vyjadřuje povel „K zemi“, rychlé pokrčování vzpažené ruky vyzývá bojovníky k zrychlení pohybu.

## Pokyny k praktické činnosti

- Procvičte plížení a přískoky s jednotlivci.
- Družiny nacvičují pohyb v rojnici a zteč, ve velení se pionýři střídají, velí hlasem a současně i rukou.

112

## Pokyny k praktické činnosti

- Zjistěte a nakreslete si organizaci 1. čs. samostatného praporu v SSSR v době jeho bojů u Sokolova, organizaci 1. čs. samostatné brigády a 1. čs. armádního sboru v SSSR.

## Bojové chování

Boj, to není procházka po Václavském náměstí. Ve vzduchu létá všelijaké harampádí, všude jsou skryty nepřítelovy oči, které číhají na každou naši chybu. Proto se vojáci a ostatní obránci vlastní uči už v míru bojovému chování, k němuž patří mimo jiné i plížení, přískoky, pohyb v rojnici, zteč, povely hlasem i rukou.

**Plížení** je skrytým pohybem, při němž se současně chráníme i před možným zásahem nepřátelských střel. Při dostatečně vysokém krytu (pohybu žlabem, úvozem, za zídkou apod.) je výhodné plížení po kolenou a loktech, při němž dbáme na to, aby hlava byla nejvyšším bodem nad terénem. Nejobvyklejším způsobem však je plížení po břiše. Trup je přitížen celou délkou k zemi, ruce ve výši ramen nebo hlavy, obě nohy vybočeny vně koleny. Pohyb se uskutečňuje kratšími rychlými posuny pravého předloktí současně s levou nohou a naopak. Ruce zůstávají stále pokrčené, ruku, již se právě přitahujete, mějte šikmo před obličejem, opírejte ji o zem celým předloktím. Při nacvičování dbejte na to, aby pionýr nezdvíhal hlavu (brada je při zemi) a ramena, díval se kupředu, pánev měl přitíženou k zemi, ruce se nesmí dostat pod tělo. Zbraň (batoh apod.) je zavěšena na pravém předloktí horem tak, aby se neděla o zem. Při vlečení těžšího břemena se používá i plížení po boku. Při plížení po levém boku je levá ruka opřena předloktím o zem šikmo nad hlavou, loket ve výši očí, pravá ruka, na jejímž předloktí je zavěšeno břemeno, opírá se dlaní o zem ve výši obličeje. Levá noha je trvale pokrčena, pravá téměř napjata. Pohyb se uskutečňuje přitahováním levou rukou a vzpíráním nohou. Pozor na zvedání ramen a pravého kolena (viz obr. 104).

**Přískok** je krátký rychlý pohyb vpřed. Začíná z polohy vleže a končí opět zalehnutím. Zásadou je, že nikdy nevybíháme z místa, na němž jsme při dokončení přískoku zalehli, ale před zvednutím se kousek odplížíme nebo překulíme, aby nepřítel nemohl zamířit do místa, kde nás viděl zalehnout. K přískoku se připravíme, vzepřeme ruce o zem ve výši ramene, jednu nohu co nejvíce pokrčíme. Po rychlém vyražení

111

## Zbraně našich vojáků

Proti pmluvám a urážkám se můžeme bránit slovy, proti ranám holými rukama. Připravuje-li se však nepřítel ničit naše životy a majetek mohutnými výbušnými prostředky, otravnými a radioaktivními látkami, palbou nejrůznějších zbraní a dalšími prostředky, musí mít naše ozbrojené síly, jejichž úkolem je chránit naši vlast, moderní bojovou techniku, založenou na nových poznátcích vědy a techniky. A naše armáda, již plně důvěřujeme a na její síly a bojeschopnost spoléháme, takové prostředky má.

K osobním zbraním dnes patří, vedle pistole, již jsou zpravidla vyzbrojeni důstojníci, praporčíci a někteří další vojáci, zvláště samopal. Jednotliví vojáci mohou být k ničení nepřátel a jejich techniky vyzbrojeni i ručními granáty. Aby i nejmenší jednotka, jakou je dnes družstvo, mohla samostatně bojovat, je vybavena pancéřovkami k ničení tanků a pevnůstek, kulometry, jež dokáží zasáhnout větší skupiny nepřátel i na vzdálenost větší než 1 km a samopaly, které vypálí během jediné sekundy sérii ran.

Pěšího vojáka už v naší armádě sotva uvidíme. Vojáci se přepravují a také bojují na obrněných transportérech a v bojových vozidlech pěchoty a k ničení nepřátelské živé síly používají různých typů děl. Houfnice, které mají kratší hlaveň, ale větší ráž (tj. průměr hlavně), jsou používány k palbě na pěchotu, plošné cíle, pevnůstky a jiné objekty. Jejich dostřel je menší než dostřel kanónů stejné ráže a rovná se zpravidla přibližně tolika kilometrům, kolik činí průměr, hlavně, vyjádřený v centimetrech. Tak např. houfnice ráže 122 mm dostřelí přibližně do vzdálenosti 12 km. K podobným účelům se používá i raketometů, které mohou odpálit naráz nebo po částech salvu několika desítek raket do vzdálenosti několika kilometrů. K ničení pěchoty slouží i minomety, jež jsou proti dělům a raketometům mnohem lehčí, vojáci je mohou přenášet i na zádech, a zasahují i cíle skryté v soutěskách, za kopci a jinými překážkami, neboť miny, které jsou z nich vystřelovány, opisují velmi strmou dráhu a dopadají na plošný cíl téměř kolmo. Kanóny, které jsou mnohem těžší, ale mají zato velkou průbojnost, dostřelí z těchto zbraní nejdále. Vzdálenost dostřelu zpravidla odpovídá dvojnásobku ráže. (Např. kanón o průměru hlavně 10 cm dostřelí přibližně do vzdálenosti 20 km. Nejučinnějšími zbraněmi jsou však rakety, které mohou nést různou nálož a podle svého druhu zasáhnou prakticky nepřítel v jakékoliv vzdálenosti.

Důležitými prostředky v boji jsou zbraně protitankové. Ve-

113

dle pancéřovek, jimiž může jednotlivec ničit tanky, obrněná vozidla a pevnůstky na vzdálenost několika set metrů, jsou velmi účinnými prostředky tarasnice, obsluhované dvěma vojáky, bezzákluzová děla, výhodná pro svou malou váhu, protitankové kanóny a protitankové řízené střely, které jsou v současnosti neúčinnějším a nejrozšířenějším prostředkem v boji s tanky. Umísťují se v automobilech, na obrněných transportérech, na tancích, trupech vrtulníků, mohou je přemáset i pěšáci a dovedný operátor jimi dokáže zasáhnout cíl i na vzdálenost několika málo kilometrů.

K pozemnímu boji se používá v masovém měřítku tanků. To proto, že snadno překonávají překážky, mají značnou palebnou sílu, neboť jsou vyzbrojeni děly, kulomety, někdy i raketami a protiletadlovými kulomety, osádka je v nich chráněna proti střelám i proti otravným a radioaktivním látkám, jejich pancíře snižují účinek tlakové vlny, pronikavé radiace i světelného záření při jaderném výbuchu. Ničí nepřítel palbou i svými housenkovými pásy.

Ve stále větším měřítku se používá v boji i letadel. Zvolna mizí dřívější rozdíly mezi letadly stíhacími a bombardovacími a stále více je používáno bojových letadel s nadzvukovou rychlostí, která jsou schopna nést na svých křídlech rakety, bomby i jaderné nálože. K jejich vyzbrojení patří i kulomety, rychlopalná děla a další bojové prostředky. Letadla obzvláště velká se značným doletem, se zpravidla nazývají „nosiči“, neboť mohou nést i větší množství atomových nebo vodíkových bomb. K moderním bojovým prostředkům, ovládajícím oblohu, patří i vrtulníky. Jejich výhoda spočívá v kolmém startu, pro nějž potřebují minimální prostor, v možnosti pohybovat se těsně nad zemí nebo i „stát na místě“ a snadno ovládat prostor pod sebou. Masově je jich využíváno k vysazování jednotek a bojové techniky do týlu nepřítel nebo na místa, kam by se pozemní vojsko dostávalo jen s obtížemi a za dlouhou dobu. Dopravní letadla a mohutné vrtulníky jsou schopny přepravit i některé tanky, děla, vozidla, nálože, munici a celé jednotky vojáků i s vyzbrojí.

Každá zbraň však má i svou protizbraň. Proto se s vývojem letectva zdokonala i protiletadlová technika. Vedle protiletadlových kulometů a rychlopalných několikahlavňových kanónů, používá se i kanónů větší ráže a protiletadlových raket, jež jsou schopny zasáhnout útočníka v jakékoliv výšce na vzdálenost mnoha desítek kilometrů. Jiné rakety může, podobně jako rakety protitankové, odpalovat i jednotlivec ve volném terénu třeba z ramene.

114

#### Ruční zbraně

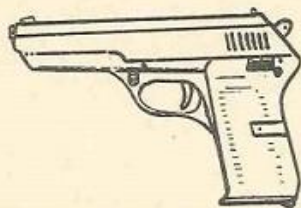
Pod pojem ruční zbraně zahrnujeme zpravidla pistolí, pušku, samopal a lehký nebo univerzální kulomet.

**Pistole** je určena k osobní ochraně nebo k napadení nepřítel na krátké vzdálenosti. Používá se jí k mířeně střelbě do 50 m nebo bez zamíření na bezprostřední blízkost. Mířidla jsou pevná, neposuvná, zásobník pojme 8 nábojů ráže 7,62 mm. Hlavními částmi pistole jsou pažba, do níž se zasouvá zásobník s náboji, vyjímatelná hlaveň s nábojovou komorou, spouštěcí zařízení a snímatelný závěr s úderníkem a pevnými mířidly.

**Puška** je zbraň pro přesnou střelbu jednotlivými ranami na vzdálenosti do několika set metrů. Nejdůležitějšími částmi každé pušky jsou hlaveň, jež je v zadní části spojena s nábojní komorou, pažba, zpravidla dřevěná, v níž je uložena hlaveň a ostatní kovové části pušky, závěr sloužící k vsunutí náboje do nábojní komory a k pevnému uzavření hlavně před výstřelem, spouštěadlo se spouští a mířidla, složená z pevné mušky a posuvného hledí.

**Samopal** má proti pistolí nebo pušce výhodu zvláště v mohutnosti palby. Jediným stiskem spouště může vypálit dlouhou dávku, která vychrlí všech 30 střel ukrytých v zásobníku, nebo může střelit krátkými, dobře mířenými dávkami na vzdálenost několika set metrů. Zpětného tlaku plynu při výstřelu je využito k opětovnému nabití i k pohybu závěru, který automaticky odpálí další náboj. Pažba je buď pevná, nebo sklopná, k držení se využívá pažbičky, umístěné těsně za spouští.

Pistole vzor 52



118

Vedle těchto typických zbraní je zavedeno v ozbrojených silách mnoho druhů nejrůznější bojové techniky, která usnadňuje vyhledávání a sledování cílů, dorozumívání, zásobování materiálem, dopravu, ošetřování a léčbu, ochranu proti zbraním hromadného ničení, ženijní úpravu terénu a řadu dalších činností, nezbytných pro vedení boje. K této technice patří zvláště radiolokátory se svými otočnými anténami, na jejichž obrazovkách lze sledovat pohyb raket, letadel, ale i tanků, automobilů a ostatní techniky, dálkoměry, infrapřístroje pro vidění v noci. Množství různých druhů radiostanic, radioreleových stanic, dálkopisných přístrojů, telefonních ústředěn a vedení, různé druhy vozidel, zemních a silničních strojů, vyorávačů min, mostních tanků, mostových souprav, pontonů, prámů a člunů, dozimetrických, indikačních a jiných průzkumných prostředků, a kdo ví čeho ještě.

Vývoj směřuje k tomu, aby i malé jednotky byly schopné samostatně bojovat, a tak se postupně značná část moderní techniky dostává až na stupeň pluku, praporu nebo dokonce i roty. To vyžaduje, aby se s moderními zbraněmi a prostředky naučili zacházet všichni vojáci. Proto je důležité, aby do našich ozbrojených sil přicházeli chlapci, kteří už o této technice něco vědí, znají základy střelby, radiotelegrafie, umějí ovládat motorová vozidla, nebo kteří získali jiné znalosti a dovednosti, které jim usnadní naučit se v krátké době všemu, co je od nich u vojenského útvaru požadováno.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Založte sbírku fotografií a obrázků zbraní ČSLA, pod obrázky připište známá data (váha, dostřel, rychlost pohybu nebo střelby, k čemu se používá apod.).
- Zhotovte ze sádry, ze dřeva, moduritu nebo jiného materiálu modely bojové techniky, vyrobte jimi svou klubovnu.
- Uspořádejte soutěž v poznávání zbraní.

115

**Kulomet** je vzhledem k délce své hlavně při střelbě přesný jako puška, může však pálit krátkými nebo dlouhými dávkami, podobně jako samopal. Počet ran nepřetržitě dávkou je omezen kapacitou zásobníku, střílí-li však s použitím nábojového pásu, může být jeho palba prakticky nepřetržitá. Používá se jež zvláště k palbě na hromadné cíle (skupiny nepřítel, vozidla, rojnice) na vzdálenosti kolem 800 m, nebo k intenzivnímu umlčení a ničení nepřítel na vzdálenost bližší, ale i k palbě na letadla, výsadkáře a jiné cíle. Univerzální kulomet, používaný v ČSLA může být použit jako „těžký“ s pevným podstavcem, jako „lehký“ se sklopnými nožkami nebo jako protiletadlový s vyšším podstavcem, umožňujícím zamíření na vzdušné cíle. K pevnému zasazení zbraně do ramene slouží ramenní opěrka připevněná k pažbě, k ukrytí zbraně proti pozorování při střelbě je připevněn na ústí hlavně tlumič ohně. Rychlost palby se dá usměrňovat regulátorem, omezujícím přívod plynu, vznikajících při střelbě, k vratnému ústrojí. Uzavírání hlavně obstarává pohyblivý závorník, na němž je i úderník, zpěsobující odpálení každého náboje.

Jednotliví vojáci jsou však dnes vyzbrojováni i dalšími zbraněmi a technikou, jíž mohou účinně bojovat proti pozemnímu i vzdušnému nepříteli.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vysvětlete rozdíl mezi pistolí, samopalem a kulometem.
- Uspořádejte soutěž v kreslení ručních zbraní, nejlepší výkresy umístěte na nástěnkou.

#### Bezpečnostní opatření při zacházení se zbraněmi

Než vezmeme zbraň do ruky, zapamatujeme si několik důležitých zásad, které zaručí naši bezpečnost i bezpečnost našich kamarádů.

- Nebereme bez dovození do ruky cizí zbraň, nemanipulujeme se braní nalezenou nebo jakkoliv poškozenou.
- Nepokoušíme se sami odstranit závedu zbraně, jestliže nám zbraň selhala, přivolaáme instruktora.
- Ani prázdnou zbraň nemíříme na kamaráda, také ústí zbraně nesmí nikdy směřovat proti našemu tělu.
- Nabíjíme jen na povel řídicího střelby. Nabitou zbraň držíme tak, aby ústí její hlavně směřovalo vždy na cíl, neotáčíme jí do stran a dozadu.
- Před nabíjením se přesvědčíme, že hlaveň není ucpaná.

117

— Nestřelíme na náhodné cíle (ptáky, motýly, zvěř), neboť naše střely budou nekontrolovatelně směřovat do míst, kde mohou způsobit zranění nebo další škodu.

— Nedotýkáme se zbraně a ponecháme ji položenou, je-li kdokoli v cílovém prostoru nebo jdeme-li se sami podívat na terč.

— Po každém zastavení palby zbraň zajistíme, u zlamovací vzduchovky ponecháme hlavě sklopenou.

— Po každé střelbě necháme zbraň prohlédnout a vypálíme „ránu jistoty“ bez náboje na terč.

Opatrnosti dbáme i při přepravě (nošení) zbraně a při jejím čištění a ukládání. Zbraň přepravujeme a ukládáme zásadně nenabitou, řádně vyčištěnou a nakonzervovanou. Při přepravě uložíme zbraň do pouzdra nebo ji zabezpečíme zabalením tak, aby se nepoškodila. Při čištění nepoužíváme ostrých tvrdých předmětů, násilím nevlačujeme do hlavně dráty nebo jiné čisticí prostředky.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Předvedte způsob přípravy pušky pro přesun hromadným dopravním prostředkem.
- Vysvětlíte postup od příchodu na střelnici do skončení střelby a vyčištění zbraně.
- Všimněte si postupu svých kamarádů, upozorněte je na chyby v chování a manipulaci se zbraní.

#### Zbraně hromadného ničení a ochrana proti nim

Střely z ručních zbraní zasahují jednotlivce, granáty, miny a bomby s klasickou trhavinou skupiny osob, ale současná věda a technika umožnila vyrábět zbraně, jejichž jedině použití dokáže v krátké chvíli zahubit desetitisíce lidí. Těmto vysoce účinným a nebezpečným zbraním, za jejichž zákaz bojují socialistické státy, říkáme zbraně hromadného ničení. Patří k nim zvláště jaderné zbraně, bojové biologické prostředky a bojové otravné látky.

Jaderné zbraně, mezi něž patří atomové, vodíkové, termojaderné a neutronové zbraně, jsou založeny na štěpení jader atomů některých chemických prvků, přičemž vzniká silná tlaková vlna, světelné záření, pronikavá radiace a radioaktivní zamoření.

Tlaková vlna ničí lidský organismus, boří objekty a ničí techniku svým přetlakem a vzápětí podtlakem, světelné záření

oslepuje, zapaluje, sžhává, pronikavá radiace, způsobená zvláště paprsky gama, u neutronových náložek pak paprsky alfa, proniká částečně hmotou a ničí svým zářením lidský organismus. Ozářené kovy, zemina a některé další materiály se stávají radioaktivními a při sedání prachu po výbuchu se z nich vytváří nebezpečná radioaktivní stopa.

**Bojové biologické prostředky** jsou různé bacily, bakterie, rykietzie, mikroby, toxiny (jedy), které se k bojovému použití rychle množí a připravují. Na cíl se dopravují raketami, letadly, v dělostřeleckých granátech a v minách, způsobují těžké onemocnění, jako např. skvrnitý tyf, zápal mozku, žlutou zimnici, malárii, pandemickou chřipku a další těžké a smrtelné nemoci. Nákaza může být šířena hmyzem, hlodavci, větrem, osobním stykem.

**Bojové otravné látky** se dělí na dráždivé, dusivé, zpuchřující, všeobecně jedovaté, nervové paralytické a psychoaktivní. Vnikají do lidského organismu vdechováním nebo pokožkou, způsobují dušení, kašel, zvracení, pálení, rozežrají pokožku, ochromují nervový systém, způsobují narušení psychiky, pohybu.

Před účinky zbraní hromadného ničení je třeba se chránit. Ochrana spočívá zvláště ve včasné ukrytí, v použití ochranných prostředků (ochranné masky, pláštěnky, rukavice, přezůvky), v rychlém opuštění zamořených prostorů, v provedení speciální očištění a dodržování přísné hygieny.

Ukryváme se v odolných krytech, z odolných sklepích, účinkům světelného záření zabrání i tenká překážka. Pronikavou radiaci oslabuje nejruznější materiály, radioaktivnímu zamoření nebo postříku a vdechování otravných a radioaktivních látek zabrání i ochranná maska a protichemická pláštěnka.

Ochrannou masku, ať už je jakéhokoliv typu, nasazujeme na povel „Plyn“ nebo „Ochranné masky nasadit,“ jinak také samostatně při zjištění radioaktivních nebo otravných látek. Maska se nasazuje se zatajeným dechem a se zavřenými očima. Po nasazení masky a jejím utěsnění prudce vydechneme, abychom vyfoukli zbytek škodlivých látek. Protichemickou pláštěnku nahradí i igelitový nebo slonový plášť pevně zapnutý se zdviženým límcem. Snažíme se co nejvíce chránit odkryté části těla.

V zamořeném prostoru se pohybujeme zvolna, abychom nevířili prach, nasycený škodlivými látkami a šetřili dech. Chceme-li opustit zamořený prostor, postupujeme kolmo na směr větru. V prostoru, zamořeném otravnými látkami nebo bojovými biologickými prostředky je zásadně zakázáno jíst, pít.

Druh signálu	Způsob vyhlášení	
	akusticky	světelnou
RADIČNÍ A CHEMICKÉ NEBEZPEČÍ	telefonem, rádiem, rozhlasem, hlasem „Radiční a chemické nebezpečí“	červeným světlem: ..—.. atd
CHEMICKÝ POPLACH	úderý na gong, kolejniči nebo jiný kovový předmět	modrým světlem: ..... atd
RADIČNÍ POPLACH	zvonění zvonů, přerušovaný tón klaksonu po dobu 1 min.	modrým světlem: ..—.. atd
VZDUŠNÝ POPLACH	kolísavý tón sirény po dobu 2 min., krátké tóny parních píšťal	zeleným světlem: ..... atd
POŽÁRNÍ POPLACH	trubkou „HORÍ“ hlasem „HORÍ“	—
KONEC VŠECH POPLACHŮ	táhlý tón sirény po dobu 2 min., hlasem „KONEC“	dlouhé světlo: ————— nejméně 2 min.

Při vyhlášení vzdušného poplachu se schováme v krytu, ve sklepech odolné budovy, v okopu nebo za terénní vlnou. Na signál radioaktivního a chemického nebezpečí si připravíme ochrannou masku, pláštěnku, rukavice, gumové boty nebo přezůvky, vyhledáme kryt s filtrov-ventilačním zařízením nebo co nejlépe utěsněnou místnost. Při radičním nebo chemickém poplachu si nasadíme ochrannou masku, pláštěnku a rukavice, jsme-li v místnosti, uzavřeme okna, dveře, ucpeme spáry, zalpeme je izolací nebo jinými prostředky. Po přechodu oblaku zamořeného vzduchu nebo po usazení se radioaktivních látek místnost vyvětráme bez snímání masky. Okna se otevírají jen

Činnost po vyhlášení signálů
PCHOJ uvést do pohotovostní polohy, pokračovat v činnosti, věnovat zvýšenou pozornost dalším signálům, připravit se na možnost zaujetí krytu
PCHOJ (ochranná maska, rukavice, přezůvky, pláštěnka) nasadit do ochranné polohy, ukryt se podle možnosti v krytu nebo alespoň pod střechu
stejně jako při chemickém poplachu
PCHOJ do pohotovostní polohy, zaujmout kryt; tam kde není, rozptýlit se, ukryt v okopech, úžlabinách apod.
opustit rychle, bez paniky ohrožený prostor, pomoci dětem a hůře pohyblivým lidem, zahájit hasební práce, pomáhat zachraňovat a střežit majetek
opustit úkryty, sejmout PCHOJ, ponechat je v pohotovostní poloze, pokračovat v činnosti

na závětrné straně, podlahy, nábytek a ostatní zařízení otřeme vlhkým hadrem. Do chráněných místností nesmíme vstupovat zvenku bez provedení speciální očištění, která se organizuje i po opuštění zamořeného prostoru.

Po přejití oblaku se provádí i v zamořeném prostoru částečná speciální očištění (ČSO). Při ČSO výstroje, obuvi a prostředků PCHOJ se tyto věci otírají nebo ometají, aniž se výstroj svléká. V zamořeném prostoru se ČSO uskutečňuje při každé vhodné příležitosti s clem zbavovat se co nejvíce prachu radioaktivních látek. Vrchní oděv a ochranné prostředky se přitom nesnímají. Očištění provádí každý sám nebo s pomocí

jiné osoby, která stojí na návětrné straně. Pokud to situace dovolí, může se otírat obuv, výstroj a prostředky PCHOJ hadry nebo jinými výpomocnými prostředky namočenými v dezaktivních roztocích nebo ve vodě.

Po opuštění prostoru zamořeného radioaktivními látkami se ČSO provádí takto: materiál, který používáme, očistíme nebo vlhkým hadrem vrchní oděv, obuv, rukavice a prostředky PCHOJ otřeme, opláchneme čistou vodou nekryté části těla (krk, ruce), sejmeme ochrannou masku, omyjeme si vodou obličej, vypláchneme ústa, vysmrkáme se, vytřeme si mokrým tamponem nos, uši, vyčeseme vlasy, vyčistíme nehty a znovu si umyjeme ruce. Při vhodných povětrnostních podmínkách se můžeme vykoupat v potoce, řece nebo v jiném vodním zdroji, v zimě použijeme sprch, lázní, vždy však s důkladným namydlením.

Prostředky PCHOJ se odkládají zásadně až po opuštění zamořeného prostoru a po ČSO v tomto pořadí: protichemická pláštěnka, protichemické přezůvky, protichemické rukavice, ochranná maska.

Při ČSO dodržujeme tato pravidla:

— při otírání hadříky (tampony) otíráme shora dolů a ze strany do středu,

— radioaktivní prach sklepáváme vždy po větru a tak, abychom nezamořili znovu sebe nebo své kamarády,

— po jednom tahu čistícím prostředkem hadřík pootočíme (přeložíme) tak, abychom tak vykonali vždy nezamořenou část, čímž zabráníme přenášení radioaktivního prachu,

— každá část těla se otírá několikrát,

— použité hadříky (tampony) odkládáme do jamky, kterou po ukončení očisty přikryjeme zemí,

— kapalnou látku neroztíráme, ale pouze vysoušíme přitlačením tamponu na kapku otravné látky,

— radioaktivní prach, usazený na masném povrchu zbraní, odstraníme snadněji namočením tamponu v lihu, naftě nebo benzínu.

Při zasažení otravnou látkou nebo zamoření bojovými biologickými prostředky nezaručuje ČSO úplné odstranění těchto škodlivin, a proto může být ochranná maska sejmuta až po provedení úplné speciální očisty na předem určených a označených „místech speciální očisty“ (MSO), která jsou vybavena potřebným zařízením, prostředky a speciálními přístroji, jimiž se nakonec ověří účinnost provedených opatření. S dalšími způsoby očisty, první pomoci a s nošením raněných se může seznámit v části zabývající se péčí o zdraví.

122

chu, radiačního a chemického nebezpečí, radiačního a chemického poplachu, požárního poplachu a znamení k jejich ukončení.

**Morseova abeceda** je systém teček a čárek, z nichž se skládají jednotlivá písmena, číslice nebo znaménka. Dá se proto s její pomocí sestavit a předat rukama, praporek, světlem, bzučákem, po drátě či po rádiu přesná zpráva. Při použití smluvených kódů (např. Q-kód nebo Z-kód) se jí velmi rychle dorozumí i telegrafisté různých národností, aniž musí znát jazyk toho, s nímž navázali spojení. Při hrách se používá morseovky i k „zašifrování“ předávaných zpráv.

Při předávání pažemi nebo dvěma praporek se značí tečka upažením jedné, čárka upažením obou paží. Základní polohu vyjadřují obě připažené ruce. Při signalizaci jedním praporem se značí tečka kratším mávnutím nad hlavou, čárka mávnutím směrem k zemi, základní polohu tvoří praporek vztyčený šikmo nad pravým ramenem.

Při vyslání jakýmkoliv způsobem budeme pro srozumitelnost dodržovat zásadu, že čárka je třikrát delší než tečka, mezera mezi jednotlivými písmeny (znaky) je stejně dlouhá jako čárka, mezera mezi slovy má délku dvou čárek.

Morseova abeceda

a	•—	g	—••
ä	••—	h	••••
b	—•••	i	••
c	—•—•	j	•—••
d	—••	k	—•—
e	•	l	•—••
f	••—•	m	—

124

**Pokyny k praktické činnosti**

— Vyhleďte vhodné kryty ve vašem okolí, zakreslete je do přehledu důležitých údajů.

— Procvičte způsob speciální očisty nouzovými prostředky po vyjití ze zamořeného prostoru.

**Předávání zpráv**

Jen v dobrodružných románech mohou žít lidé osamocení po dlouhé měsíce nebo dokonce léta. V zásadě však je člověk tvorem společenským a potřebuje si s druhými lidmi vyměňovat názory, poznatky, radosti i nářky. I obránci vlasti potřebují sdělovat druhým výsledky svých pozorování, předávat zprávy o své činnosti a občas se na něco zeptat.

Zprávy je možno předávat mnoha různými způsoby, z nichž nejčastějšími jsou zvláště:

— ústní předávání zpráv, jež je spojeno s nutností dobře si pamatovat co chci říci, umět zprávu stručně a srozumitelně vyjádřit a vyslechnutou zprávu si po určité době přesně zapamatovat;

— písemné sdělování poznatků, jež vyžaduje dovednost rychle sestavit srozumitelnou zprávu a čitelně ručně nebo na stroji ji napsat;

— signalizace, k níž je možno použít smluvených pohybů rukou, praporek, jednobarevného nebo vícebarevného světla, dýmu, akustických znamení, semaforové či Morseovy abecedy;

— telefonování, pro něž se využívá stále (státní, místní) síť nebo polního telefonu;

— rádiové spojení, nejrůznějšími rádiovými, radioteleovými či rádiodálkopisnými stanicemi, jimiž lze hovořit otevřenou řečí, předávat písemně nebo radiotelegrafické zprávy.

Existují i další složitě nebo kombinovaně způsoby spojení. My si však přiblížíme především ty, s nimiž budeme v našich odřezcích pracovat.

**Signalizace** se používá zvláště na kratší vzdálenosti na místě i za pohybu. Signály může předávat pozorovatel nebo pátrač vedoucímu nebo naopak vedoucí rozptýleným či pochodujícím pionýrům. Signalizovat lze rukama, jedním nebo dvěma praporek, světlem, kouřem, píšťalkou, úderem na kolejnice a jinými akustickými nebo optickými prostředky. Nejčastěji používanými signály budou: pozor, zastavit, vpřed, zrychlit, zpomalit, rozumím, jít ukázaným směrem. Pevně stanovených varovných signálů se však používá i při vyhlásování vzdušného popla-

123

n	—•	l	—
o	—•••	u	••—
ö	—••••	ü	••—•
p	•—••	v	•••—
q	—••—	w	•—•—
x	••••	x	—••—
s	••••	y	—•—•
		z	—•••

**Telefonování** je velmi pohodlným a srozumitelným způsobem předávání ústních zpráv. Jeho hlavní nevýhodou však je nutnost propojení míst, s nimiž chceme hovořit, kabelem. Protože však je v současnosti naše zeměkoule doslova opletena telefonními kabely a s většinou míst se lze spojit prostřednictvím meziměstské, mezistátní nebo místní sítě, bude tento způsob jedním z nejpoužívanějších.

Při telefonování z bytové (účastnické) stanice držíme mikrotelefon (tzv. „sluchátko“) v levé ruce. Zjistíme, dává-li telefon oznamovací tón [.—.—] nebo [.....], vytočíme číslo a posloucháme, zda se ozve vyzvánění (dlouhé tóny s velkou přestávkou). Hlás-li se volaný, představíme se jménem a stručně vyřídíme svou zprávu. Ozývají-li se po sobě rychle následující krátké tóny, je volaná stanice obsazena. Při telefonování z veřejného automatu budeme postupovat podobně. Do přístroje se nesmí bouchat, číselnice (kotouč s dírkami) se zpět nepostrkuje, ale nechá se volně vrátit do původní polohy, mikrotelefon se nenechává viset za kabel (šňůru), ale pokládá se do vidlice nebo při dočasném přerušení hovoru, se pokládá lehce na stůl. Do telefonu nekřičíme, mluvíme zvolna, srozumitelně, krátce. Při špatné slyšitelnosti nesrozu-

125

	zkráceně
1	•-----
2	••-----
3	•••-----
4	••••-----
5	•••••
6	-----•••••
7	-----••••
8	-----•••
9	-----••
0	-----•

mitelná slova nahradíme jinými nebo je hláskujeme. Vyzve-li nás hlas spojovatelky abychom zavěsili, ukončíme hovor nejdéle do 15 sekund, aby na naši linku mohl být napojen mezinárodní hovor.

Pro rychlé spojení mezi skupinami rozmístěnými ve volném terénu se používá polního telefonu. Jsou to dva nebo více polních telefonních přístrojů a tzv. polních vedení, představované dvěma nebo jedním uzemněným kabelem. Při větším počtu účastníků se zřizuje polní telefonní ústředna, do níž jsou všichni účastníci zapojeni. K uvědomění volaného účastníka se používá zvonku, který se na jeho přístroji rozezná po zatočení klíčkou induktoru. Při hovoru musíme na mikrotelefonu polního přístroje tisknout tlačítko, jinak by nás volaný neslyšel. Při stavbě polního vedení dbáme na to, aby kabel nebyl porušen, nebránil průjezdu vozidel nebo průchodu lidí po cestách. Se stavbou vedení i se zapojením a obsluhou při-

vedení vysokého napětí). K stanici připojíme zdroj (baterii), zasuneme anténu, zapojíme mikrotelefon, případně i sluchátko. Stanici uvedeme do provozu přepnutím provozního přepínače na PŘÍJEM. Chceme-li sami vyslat, přepneme provozní přepínač na VYSÍLÁNÍ a vyšleme počáteční zprávu, která může znít například takto:

„Holub, holub, holub, zde káně, káně, příjem.“ [Volaná stanice je holub, tvoje se jmenuje káně.] Volá-li jiná stanice tebe, odpovíme:

„Holub, holub, holub, zde káně, káně, slyším velmi dobře, příjem.“

V dalším provozu se už názvy neopakují. Slyšíme-li špatně, požádáme protějščí stanici o počítání např. takto: „Holub, holub, holub, zde káně, káně, slyším slabě, počítejte, příjem.“

Před vypnutím stanice oznámíme svému protějšku ukončení provozu slovem „konec“. Při radiotelegrafickém provozu se zpravidla používá zkratk Z - kódu.

**Z - kód**

- ZAA - váš provoz přijímám nepravidelně
- ZAJ - dostávám od vás obrácené klíčování
- ZAM - nemožu vám odpovědět, sleduji váš provoz
- ZAP - potvrďte příjem telegramu číslo...
- ZBB - vysílání přijímám se zkrácením
- ZBE - čekejte, provádím vyladění
- ZBG - náš přijímač je vadný
- ZBS - signály splývají, překontrolujte po sluchovém kanálu
- ZGW - signály slabnou
- ZHC - jaké jsou podmínky příjmu?
- ZKQ - sdělte, kdy budete připraven pokračovat
- ZNC - není spojení s...
- ZNR - nepřijít
- ZOK - přijímáme dobře
- ZOR - vyslejte tečky
- ZRO - potvrďte, přijímáte-li
- ZTH - vyslejte klíčem
- ZVP - vyslejte pro vyladění
- ZWC - příjem signálů se ztrácí
- ZZO - vyslejte slovo jedenkrát
- ZZD - jak přijímáte mé vysílání?
- ZZI - hotovo, pracujte

strojů se nejlépe seznámíme pod vedením vojáků nebo instruktorů Svazarmu.

Polní radiostanice je jedním z prostředků spojení, s nímž se můžeš setkat při hrách, soutěžích a závodech nebo při návštěvě u patronátního útvaru. Hodí se dobře pro spojení skupin pionýrů nebo malých jednotek armády, bezpečnosti či Lidových milic. Dají se snadno přenášet, jsou jednoduché pro obsluhu, lze jich používat i za pohybu. Vysílač i přijímač je zpravidla umístěn v jediném pouzdře, přechod z příjmu na vysílání a naopak se obvykle řeší jedním přepínačem nebo tlačítkem na mikrotelefonu. K dorozumívání se používá mluveného slova, jen výjimečně i grafického provozu (morseovky). Na polní radiostanici, pracující většinou na velmi krátkých vlnách, jsou zpravidla tyto části a ovládací prvky: provozní přepínač, sloužící k zapínání, vypínání a přepojování stanice z příjmu na vysílání, ladící knoflík se stupnicí k nastavení příslušného vlnového rozsahu, anténní zásuvka pro zapojení antény a svorka pro připojení protiváhy (kousek kabelu). Zdrojová skříňka bývá k stanici připojena pevně nebo kabelem.

Chceme-li zahájit provoz, umístíme stanici tak, aby mezi námi a přijmovou stanicí nebyly větší překážky (kopec, dům,

tečka	•••••	podtržené	•••••
čárka	•••••	vykřičník	•••••
škrábátko	•••••	zdvořka	•••••
dvůjtečka	•••••	úvodky	•••••
ponilka	•••••	slonková čára	•••••
obalník	•••••	plus	•••••
		pozor	•••••

A	B	C	D	E	F	G	H	CH	I	J	K	L	M	N	ata	
←	→	A	B	C	D	E	F	G	H	CH	I	J	K	L	M	ata

posunová čára      Šifrovací pravidla v polské abecedě "A-D"

**Šifrovací pravítka**

**Utajování zpráv**

Mimo ústního předávání zpráv má většina způsobů tu nevýhodu, že může být odposlechnuta. To se týká zvláště rádiových, ale i telefonických hovorů, v některých případech i písemných zpráv. Proto tajné zprávy, které mají být doručeny jen určenému adresátu, se dopravují buď zvláštními kurýry v zapečetěných obálkách, předávají se po vyčleněných telefonních linkách způsobem, který znemožňuje odposlechnutí, nebo se kódují.

Nejjednodušším způsobem kódování je nahrazení otevřených názvů názvy krycími. Karel se může nazvat Šimbou, Věra Háďetem, Ivan Kajmanem, klubovna může být „krbem“, feka „stuhou“, vrch Strážný „houbou“ apod. K utajenímu označení určitých míst na mapě se kódují také mapy tím způsobem, že kilometrová síť se označí čísly v nepravidelném pořadí, k bližšímu určení místa se pak ještě každý čtverec sítě podle potřeby rozdělí na menší čtverečky s označením 1-9. Takovéto utajení však není příliš spolehlivé, při delším hovoru a znalosti situace pozná snadno nepovolaný posluchač, o čem běží. Proto se důležité zprávy šifrují.

Jednoduchou šifrou jsou různé „tajné abecedy“, v nichž jsou písmena nahrazena vymyšlenými znaky, interpunkčními znaménky nebo čísly. Kromě složitosti mají tyto šifry nevýhodu i v snadném rozluštění.

Častěji používaným způsobem bývá záměna písmen posunem abecedy. Používá se k tomu šifrovacích pravítek nebo kotoučů. Podmínkou je stejný počet písmen v abecedě obou korespondujících stran (např. abeceda bez háčků) a stanovení „klíče“, který udává základní posun písmen (např. A = H). Složitějším použitím šifrovacího pravítka (kotouče) je stanovení klíče podle určitého čísla, např. data. Zpráva se pak šifruje tak, že se písmena rozdělí do skupin v počtu podle klíče (např. ke klíči „1. 12. 82“ se vytvoří pětimístné skupiny.)



V	M	Y	L	L	I	A	N	Y	O	D	L	Y	K
A	D	O	V	D	O	L	O	M	I	S	A	L	A
M	E	C	V	O	K	U	M	I	V	L	A	E	K
Y	O	D	I	O	B	A	D	R	A	T	I	N	
A	P	I	D	P	I	K	O	V	E	N	Y	N	F
I	A	I	Z	A	D	I	K	Y	R	A	D	I	V
N	Y	R	S	K	U	K	R	Y	T	E	B	A	Z
E	N	A	O	B	A	S	T	O	V	I	T	V	L

Šifrovací šablona

Zašifrovaná zpráva klíčem „V-L“ (čti vodorovné řádky zleva doprava)

Vyluštění zprávy po přiložení šifrovací šablony

	6	8	4	14	5	13	7	11	2	12	16	1	9	3
2	V	M			L			A			D		Y	
1			O		D			D		I			L	
4			C			B				V	L			
3		O			O	B				R	A			N
7			I		P	I		O				N		
6	I			Z		D				R	A			V
8		Y						R	Y					
5			A			S						T		L

130

Pokyny k praktické činnosti

- Zahrajte si na průzkumníky, kteří mají dopravit zprávu o 15 slovech co nejrychleji vedoucímu oddílu. Průzkumníci obdrží zprávu na stejném místě, k doručení mohou použít všech prostředků.
- Zorganizujte vycházku, při níž budou instruktoři řídit postup družin smluvenými znameními. Z určeného místa předají družiny stanovenou zprávu morseovkou vedoucímu oddílu.
- Zhotovte si oddílovou šifru, s níž se všichni pionýři oddílu naučí pracovat. Šifra musí zůstat před ostatními utajena.

132

Pod každou skupinu pak napíšeme číslo klíče a posuneme o počet míst, kolik ukazuje číslice. Dešifrování pak probíhá opačným způsobem.

Velmi jednoduché je šifrování podle šablony. Tento způsob je i velmi spolehlivý, pokud se nepovolný zvědělec nezmoční šablony. Podmínkou je, aby zpráva měla na téže stránce vždy stejný počet písmen a „neplatná“ okénka byla vyplněna stejně pečlivě, jako okénka vystřižená v šabloně. Pro znesnadnění může pak být zpráva psána v normálním pořadí, obřádek, pozadu nebo v jiných různých variantách, na tomtéž listě může být proveden zápis podle dvou různých šablon nebo podle téže šablony obrácené hlavou dolů apod.

Spolehlivou je i šifra souřadnicová. Každé písmeno v textu (tabulce) je vyjádřeno dvěma jinými písmeny. Při sestavení i luštění šifry nám poslouží souřadnicová šifrovací tabulka, v níž mohou být písmena na záložce sestavena v libovolném pořadí, písmena a číslice v tabulce se mohou i opakovat, aby mohla být vyjádřena různými způsoby.

Vedle těchto šifer je možno používat i dalších, v nichž se zpráva sestaví do sloupců, nebo různých obrazců, písmena se pak zpřeházejí posunem sloupců, čtením obrazců v řádcích apod. Občas bývá používáno k zašifrování i knihy, z níž pak pro označení určitého písmene se uvádí strana, číslo řádku, pořadí písmene apod. V praxi se naučíte dalším způsobům šifrování a váš oddíl si jistě také zvolí šifru, která bude srozumitelná jen pro členy oddílu.

Souřadnicová šifrovací tabulka  
(s heslem „KAMIL“)

	B	C	D	E	F	G	H	I
K	a	b	c	d	e	f	g	h
A	i	j	k	l	m	n	o	p
M	q	r	s	t	u	v	w	x
I	y	z	1	2	3	4	5	6
L	7	8	9	0	.	?	!	“

131

## Seznamujeme se s ochranou státních hranic

Řekne-li se „státní hranice“, vybaví se nám hluboké lesy, strmé stráně, bažiny, louky, hory, kopce a pod nimi se krčí malé vesničky, ale také chlápci v zelených stejnokrojích, doprovázení svými čtyřnohými kamarády. Ano, to všechno, ale ještě mnohem víc patří k slovu „hranice“, které se vinou jako neviditelná stuha kolem celé naší vlasti. Chránit jejich nedotknutelnost znamená zabezpečit klid pro práci a šťastný život všeho lidu naší socialistické vlasti.

### Vojenské a státní tajemství

Každý z nás se již jistě setkal s pojmem „tajemství“ v běžném životě. Při rozhovoru s kamarády si sdílujeme navzájem různé poznatky, o kterých říkáme, že jsou naším tajemstvím. Ale zamysleli jste se někdy nad významem tohoto slova? Proč vlastně o některých věcech nemohou vědět i ostatní lidé?

V naší republice existuje zákon, který přesně charakterizuje, co je to tajemství a podle významu utajovaných skutečností je také dělí do určitých skupin. Vcelku však je státním tajemstvím vše, co má v zájmu celé naší republiky zůstat utajeno před nepovolanými lidmi. Mohou to být důležité údaje vojenského, ale i jiného rázu. Ostatní utajované údaje o zbraních, výcviku, bojeschopnosti a jednání příslušníků naší armády a ostatních ozbrojených sil jsou vojenským nebo také služebním tajemstvím. Mohou to být však i některé údaje hospodářského charakteru, týkající se naší výroby, vývozu zboží, obchodu, vynálezů atd.

Seznamovat se s utajovanými skutečnostmi mohou jen lidé, kteří k tomu mají oprávnění. Náhodně se však můžete seznámit s vojenským nebo dokonce státním tajemstvím také vy. V takovém případě je vaší povinností o získaných poznatcích s nikým nemluvit, dokonce je nesmíte sdělovat ani svým nejlepšími přátelům. Může to být zvláště určitá činnost pohraničnicků.

Prozrazení utajovaných skutečností by mohlo posloužit našim nepřítelům a v některých případech by mohlo znamenat i smrt některého z našich kamarádů v zeleném stejnokroji, jak nás o tom přesvědčují některé události z nedávné minulosti.

133

## Pokyny k praktické činnosti

— Zahrajte si na „mlčení“. Vedoucí sdělí dobrovolně přihlášenému pionýrovi „tajemství“ o 10 slovech. Ostatní se snaží tajemství z pionýra vylákat sliby, vyhrožováním, lehtáním apod. Neprozradí-li tajemství do 15 minut, zvíťazil.

## Zásady vstupu do hraničního pásma

V pohraničních oblastech jsou stanovena určitá omezení, která upravují život na tomto území a nepřipouštějí činnost, která je v ostatních částech naší vlasti běžná. K tomu, aby byla zabezpečena důsledná ochrana státních hranic, je vytvořeno „hraniční pásmo“.

V souladu se zákonem č. 69/1951 Sb. vydal ministr vnitra statut, který upravuje vstup do této části našeho území a stanovuje podmínky, které musí všechny osoby, mající oprávnění k pobytu v tomto vymezeném prostoru, dodržovat.

Hraniční pásmo začíná na státních hranicích, vyznačených jednotlivými hraničními mezníky. Tuto průběžnou čáru nazýváme vnější hranicí hraničního pásma. Vnitřní hranice je vyznačena jednotnými tabulkami, které jsou od sebe vzdáleny na dohled. Tabulky nesou nápis „Pozor, hraniční pásmo, vstup jen na povolení“. Písmena jsou červená na bílém podkladě. Tabulky jsou většinou umístěny na modrých sloupcích dřevěných nebo kovových.

Vstupovat do hraničního pásma a zdržovat se v něm je dovoleno jen na základě propustky. Toto povolení vydávají na požádání orgány veřejné bezpečnosti, jež jsou k tomu zmocněny. Vstup do hraničního pásma se povoluje jen výjimečně z pracovních nebo služebních důvodů. V tomto pásmu není dovoleno bydlet, ani se v něm zdržovat od setmění do svítání. Také není dovoleno v hraničním pásmu nebo v jeho bezprostřední blízkosti filmovat, fotografovat, zpracovávat náčrty, provádět mapování, měření, průzkumné a podobné práce.

Každý, kdo vstupuje do hraničního pásma, je povinen ohlásit to předem veliteli nejbližší jednotky Pohraniční stráže, prokázat se povolením a občanským průkazem. Po dobu pobytu v pásmu musí mít tyto dokumenty u sebe a na požádání příslušníka Pohraniční stráže je předložit. Ten, kdo doklady nemá u sebe, nebo do pásma vstoupí neoprávněně, vystavuje se nebezpečí zadržení a správního řízení nebo i soudního postihu

134

## Základní povinnosti pohraniční hlídky

Podívejte se na jeden zápis v kronice pohraniční jednotky ze západních Čech: „Dne 11. 3. 19.. v 04.00 hod., byl zjištěn výskyt narušitele státních hranic. Pohraniční hlídka ve složení svob. J. K. a A. D. svou rozhodnou činností zadržela podezřelou osobu po krátkém pronásledování. Oba byli odměněni velitelem svazku.“

Mnoho podobných zápisů najdete v konikách pohraničních jednotek. Všechny svědčí o vysokých morálně politických a bojových vlastnostech pohraničníků. Naučte pionýry, také základním povinnostem pohraniční hlídky a snažte se je uplatnit ve své činnosti.

Ujasněte si nejprve, co je to pohraniční hlídka. Jsou to dva pohraničníci (nebo i větší počet), které občas potkáte na svých toulkách v blízkosti hraničního pásma. Jeden z nich, určený velitelem, který hlídku vyslal, je „velitelem pohraniční hlídky“. Každý, kdo byl do této funkce určen, musí předem prokázat vysoké pohraničnické mistrovství, mnoho znalostí a musí mít i dobré charakterové vlastnosti, zvláště rozhodnost, svědomitost, obětavost a musí od svých podřízených požadovat důsledné dodržování řádů, předpisů a vydaných rozkazů.

Při plnění uloženého úkolu má každá hlídka řadu povinností, které musí za každých okolností plnit. Základním úkolem je chránit svěřený úsek státních hranic a zadržet všechny narušitele. Chcete-li se podobat pohraničníkům, považujte prostor své obce, v níž bydlíte, za svěřený úsek a při zjištění přítomnosti nepovolaných osob nebo podezřelých vozidel okamžitě podejte hlášení Pohraniční stráž. Před zahájením takového úkolu však projednejte celou akci se svým oddílovým vedoucím a také upřesněte, jakým způsobem a komu budete zjištěné poznatky předávat. Pomatujte si však, že vašim úkolem není v žádném případě narušitele sledovat nebo se pokoušet jej zadržet. To je výhradně právem a povinností pohraničníků. Mějte na paměti, že řada narušitelů je ozbrojena a neváhá použít všech prostředků, včetně zbraní, k překonání hranic.

Dalším úkolem pohraničních hlídek je zadržet důvodně podezřelé osoby nebo přistižené při činu, popřípadě zajistit osoby, které jim v trestné činnosti pomáhají. Jak můžete pomoci při plnění těchto úkolů vy sami? Všimněte si pozorně všech podezřelých skutečností. Při zjištění poznatků, o nichž se domníváte, že by mohly mít pro pohraničníky význam, oznamte jim to.

136

podle ustanovení trestního zákona. Zadržen může být až na dobu 48 hodin a v každém případě ho nemine pokuta. V závažných případech může soud vynést rozsudek o podmíněném nebo i nepodmíněném trestu odnětí svobody.

V některých obcích v blízkosti hraničního pásma je značný pohyb, který ztěžuje kontrolu. Pionýři však určitě znají průběh hraničního pásma v blízkosti svého bydliště. Při svých hrách, vycházkách a soutěžích mějte vždy na paměti, že zákaz vstupu do hraničního pásma platí i pro vás. Bez povolení pohraničníka do pásma nevstupujte a nerozptylujte pozornost strážců hranic, kteří musí soustředit své úsilí na zabránění skutečnému narušení státní hranice. Všimněte si neznámých osob, které se zdržují nebo pohybují v blízkosti hraničního pásma, zapamatujte si jejich popis a oznamte všechny své poznatky nejbližší pohraniční hlídce, pomocníkovi Pohraniční stráže, nebo kterémukoliv příslušníku PS či SNB.

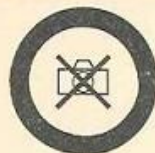
## Pokyny k praktické činnosti

- Zpracujte náčrt vaší obce a jejího okolí, vyznačte na něm průběh vnitřní hranice hraničního pásma.
- Organizujte pozorování hraničního pásma. Při zjištění vstupu neznámých osob předejte ihned zprávu příslušníkům PS.

## Označení hraničního pásma



135



## Zákazy fotografování

Pohraniční hlídka je povinna učinit všechna nezbytná opatření k zajištění klidu a pořádku ve svěřeném úseku. Dbejte na to, aby pionýři z vašeho oddílu nikdy svým chováním nedali podnět k činnosti, která by musela být řešena příslušnými pohraniční hlídky.

Pohraničníci také chrání obyvatelstvo pohraničního území před útokem nepřátel a ochraňují majetek v socialistickém i osobním vlastnictví. Proto ani vy nebuďte lhostejní k nepořádkům, poškozování společného majetku, úrody, k nebezpečí vzniku požáru nebo k jinému ohrožení lidí i jejich vlastnictví. Sami se poškozování vyvarujte a v případě zjištění nepravosti na ně upozorněte členy národního výboru, pohraničníky nebo příslušníky SNB.

Seznámili jste se se základními úkoly pohraničních hlídek. Snažte se je ve své činnosti uplatňovat, pomáhat svým starším kamarádům v jejich zvládnutí. Upevníte tak nejlépe skutečné přátelství mezi pionýry a pohraničníky.

137

### Pokyny k praktické činnosti

- Vyzkoušejte svůj postřeh a důvtip. Vedoucí oddílu představuje neznámého člověka, prochází vaší obcí, provádí různou činnost. Vaším úkolem je během 3 minut jeho činnost co nejpřesněji popsat.

### Pomocníci Pohraniční strážě

Zabezpečení státních hranic si nelze představit bez pomoci obyvatel, sídlících v jejich blízkosti. Opatření, která jsou přijímána k jejich ostraze, zasahují do všech stránek života v pohraničním území. To přináší na jedné straně řadu omezení, ale na druhé straně životní jistoty obyvatelstva a záruku klidného a bezpečného života v pohraničí. S vývojem naší společnosti od roku 1945 se hledají různé formy vzájemné spolupráce mezi složkami ochrany hranic a místním obyvatelstvem. Postupně se vytvářejí oboustranné pevné vazby, které dostávají charakter úzké součinnosti.

Po vytvoření Pohraniční strážě v roce 1951 se počaly postupně vyčleňovat a formovat první jednotky z obyvatel pohraničního území, které se pod vedením pohraničnicků zapojovaly do přímé ochrany hranice. Zákon č. 69/1951 Sb. ve svém 1. paragrafu stanovil, že „... ochrana státních hranic je povinností každého občana“. Tak byla uložena občanská povinnost spolupracovat a spolupodílet se na ochraně hranic každému z nás. Tato skutečnost vystupuje do popředí jako začátek nových vztahů obyvatel a Pohraniční strážě. Od roku 1952 se na základě zkušeností sovětských pohraničnicků začala prosazovat koncepce organizovanější spolupráce s místním obyvatelstvem. Postupně se přikročilo k vytváření prvních jednotek „Pomocníků Pohraniční strážě“. Na jejich výběru se podílejí místní stranické, státní i společenské organizace. Tyto jednotky jsou vytvářeny v obcích pohraničního území. Jejich podíl spočívá v hlídkové a kontrolní službě.

Pro plnění služebních úkolů mají stanovenou řadu práv i povinností. Jsou oprávněni ke kontrole vozidel a osob v pohraničních oblastech, zabezpečují veřejný pořádek a zabírají pachání trestné činnosti. Jejich práva a povinnosti jsou přesně stanoveny v zákonu o SNB. Při výkonu služby nosí rukávové označení s nápisem Pomocník pohraniční strážě. Na požádání se prokazují legitimací, opatřenou fotografií a razítkem pohraničního útvaru. Každý občan je povinen uposlechnout jejich výzvy nebo nařízení. Neuposlechně-li, vystavuje se nebezpečí postihu za zmaření úředního výkonu.

138

Vzhledem k tomu, že blízkost státních hranic s sebou nese různá omezení a pohyb osob musí být kontrolovatelný, vydaly rady ONV v pohraničních okresech republiky vyhlášky, které upřesňují podmínky pro táboření a stanování. V těchto vyhláškách jsou stanoveny prostory, které je možno pro stanování a táboření používat. Kdo ustanovení těchto vyhlášek nedodrží, vystavuje se nebezpečí peněžité pokuty.

Také vy můžete pomoci pohraničnickům a příslušníkům ochrany státních hranic v jejich nelehké práci.

### Pokyny k praktické činnosti

- Zapamatujte si písmena, jimiž začínají státní poznávací značky automobilů vašeho okresu. Zjistíte-li v okolí vaší obce vozidla jiných značek, upozorněte na ně pohraničníky nebo jejich pomocníky.
- Pokuste se správně a výstižně popsat osoby, které jste viděli v parkujících vozidlech na zakázaných místech. (Počet osob, muž - žena, podoba, výrazné znaky apod.)
- Při vycházce oddílu si vymyslete zprávu o narušiteli hranic, kterou je třeba rychle předat odpovědnému orgánu (PS, SNB, MNV). Zachyťte nejkratší čas tří prvních pionýrů.

### Popis neznámé osoby, pohybující se v blízkosti hraničního pásma

Jedním z předpokladů úspěšného dokončení každé zahájené akce, je přesný popis podezřelé osoby. Vzpomeňte si, jak vypadá váš kamarád a snažte se popsat jeho charakteristické znaky. Poznáte, že to není vůbec snadné. Schopnost zapamatovat si vše, co jste v průběhu své cesty viděli, lze získat jen pravidelným cvičením a soustavným opakováním. Základní podmínkou popisu osoby je zapamatovat si podle čeho popsat základní rysy obličeje a postavy. Pozorujte proto různé lidi, uvědomte si, čím se od sebe navzájem liší. Pro snadnější zapamatování porovnejte neznámé osoby se vzezřením vašich kamarádů, herců, zpěváků a jiných známých lidí. Vytvořte si tak určité skupiny sobě navzájem podobných lidí. Svou dovednost si vyzkoušejte na následujícím testu: Navečr si vytypujte neznámou osobu, přirovnajte její podobu k rysům známého člověka. Popis si zapište do sešítka a ráno, aniž byste četli svůj záznam, pokuste se odpovědět, podle přirovnání shodných rysů,

140

S pomocníky Pohraniční strážě se dnes můžete setkat v blízkosti státních hranic. Možná, že mnohý z vás je s nimi v denním styku. Pomocníky Pohraniční strážě mohou být i rodiče, starší bratři. Snad i z vašich pionýrů se jednou stanou pomocníci ochránců našich hranic. Proto je vhodné, abyste je již dnes formou hry připravovali na plnění této čestné občanské povinnosti.

### Pokyn k praktické činnosti

- Vysvětlete pionýrům posláním a pravomoc pomocníka Pohraniční strážě.
- Zjistěte s pionýry, kde bydlí nejbližší pomocníci PS, jimž byste mohli sdělit důležité údaje svého pozorování.

### Pomoc příslušníkům Pohraniční strážě a ochrany státních hranic při porušení zákazu zastavení vozidel a stanování

Každý občan Československé socialistické republiky je povinen dodržovat naše zákony. Je povinen se s nimi seznámit, nemůže se vymlouvat na jejich neznalost.

I provoz motorových vozidel podléhá určitým pravidlům, vyjádřeným vyhláškou č. 100/1975 Sb. V ní jsou přesně stanoveny podmínky zákazu zastavení vozidel. Řidič například nesmí zastavit na místech, kde by tím ohrozil plynulost a bezpečnost provozu, zejména jízdu ostatních vozidel. Vozovka musí zůstat průjezdná pro oba směry jízdy, nejde-li o vozovku jedno-  
směrnou.

V prostorech vjezdu do hraničního pásma se umísťuje dopravní značka „Zákaz vjezdu všech vozidel v obou směrech“, která je většinou doplněna dodatkovou tabulkou „Neplatí pro místní provoz“. To znamená, že tento zákaz platí pro každé vozidlo s výjimkou těch, jejichž držitelé bydlí nebo vykonávají práci v místě.

V některých místech jsou umístěny tabule s upozorněním na zákaz fotografování. Protože vyjádření tohoto zákazu není stanoveno v žádné právní normě, může mít různou podobu. Většinou bývá spojován se zákazem zastavení. Nejčastěji se používá kulaté značky zákazu zastavení s nakresleným fotoaparátem, který je patřičně přeškrtnut. Jiným možným druhem je značka obdélníková s bílým podkladem a nápisem „Pozor, zákaz fotografování!“. Je na ní rovněž nakreslen přeškrtnutý fotoaparát.

139

jak tento člověk vypadal. Není-li váš porovnávací talent dostatečně vypěstovaný, budete překvapeni, jak vaše paměť dokáže zkrešlit podobu osoby. Nezapomeňte, že při popisu si musíme všimnout především charakteristických rysů člověka. Jsou to zvláště tělesné vady, následky různých zranění (jizvy, barva pokožky), kosmetické vady a jiné. Sledujeme-li člověka, zapamatujeme si především popis jeho postavy, oděv, obuv, barvu a délku vlasů. Při popisu postupujeme od obecného k zvláštnímu. Nejprve popíšeme celkové vzezření, pak teprve jednotlivé podrobnosti. Postupujeme od hlavy dolů, všimáme si všeho, co je charakteristické pro sledovanou osobu. Popis může vypadat např. takto:

- přibližný věk,
- zda jde o muže, ženu, děvče, chlapce,
- charakteristika postavy (dlouhý, malý, střední, štíhlejší, zavalitý, shrbený, ramennatý, toporně vzpřímený apod.),
- barva vlasů, zda jsou rovné, kudrnaté, vlnité, jejich délka, způsob česání,
- barva a tvar očí, zda jsou od sebe vzdáleny,
- tvar nosu (rovný, zahnutý, zdvižený, bambulovitý apod.),
- podoba rtů (úzké, rovné, odulé, srdcovité, nepravidelné apod.),
- tvar brady (hranatá, špičatá, dvojité, splývající s krkem, vysunutá),
- kvalita hrudi (úzká, široká, klenutá, vpadlá),
- záda a šíje (široká, ohnutá, s vysazeným ramenem, úzká či široká šíje),
- široké nebo úzké boky,
- dlouhé, krátké nohy, do tvaru O nebo X,
- chodidla malá nebo velká, úzká či široká.

### Pokyny k praktické činnosti

- Vystříhnete si malou obdélníkovou kartu, aby se vám vešla do kapsy. Nakreslete na ni kolonky podle výše uvedeného návrhu a při pozorování libovolného člověka si do nich vepište tužkou zjištěné údaje.

141

## Vyhodnocování a zajišťování stop

Správné rozpoznávání a vyhodnocování stop je neoddělitelnou součástí přípravenosti každého pohraničnicka. Je také důkazem zvládnutí specializace pionýra — Mladého strážce hranic. Dobrým stopařem se může stát jenom ten, kdo při hodnocení stopy současně přemýšlí o tom, co se vlastně kolem něho odehrává. Stopou je pro pohraničnicka jakákoliv změna v terénu, zanechaná určitou osobou, ale současně i jakákoliv zpráva o hledaném člověku. Proto také, chcete-li se pohybovat v terénu nepozorovaně, snažte se zanechávat co nejméně jakýchkoliv stop.

Stopování lze charakterizovat jako vyhledávání a vyhodnocování jakýchkoliv změn v terénu a na jejich základě dostižení a usvědčení podezřelé osoby. Při sledování osoby podle stop je třeba řídit se následujícími pravidly:

— Po příchodu do místa, kde byl zjištěn pobyt nebo pohyb neznámé osoby, prozkoumejte důkladně druh stopy. Přesvědčte se, zda skutečně stopa může patřit k hledané osobě. To se dá usoudit podle předběžného popisu a porovnáním s charakteristickými rysy stopy. Věnujte pozornost tomu, zda stopa nebyla udělána úmyslně, aby vás uvedla v omyl. Prozkoumejte její stáří a směr.

— Než zahájíte další pátrání, snažte se vžít do situace člověka, kterého hledáte a podle toho zjistěte jeho přibližný úmysl. Při zahájení sledování nepostupujte přímo po stopě, ale vždy tak, aby vás vítr od ní k vánil.

— Ztratíte-li stopu, označte místo, kde byla naposledy zřejmá a pátrejte dále především tam, kde by bylo možné další stopu nalézt (měkká půda, vysoká tráva, ulámané větvičky apod.).

Podle druhů dělíme stopy do dvou základních skupin:

1. Stopy, které jsou zanechány přímo, to jsou stopy lidí (otisky nohou, rukou a jiných částí těla), nebo stopy dopravních a jiných člověkem používaných prostředků a předmětů, které sledovaný používá.

2. Stopy zvířat a stopy způsobené jinými činiteli (zvuky ptáků, zvířete, šelest zapřičiněný jejich pohybem apod.).

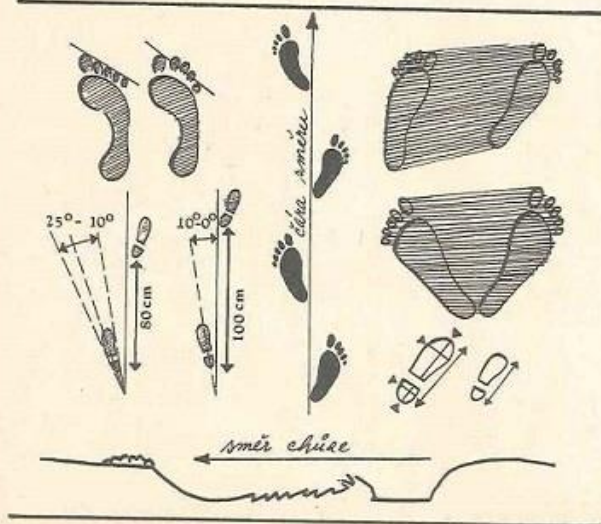
Stopy, zanechané člověkem nebo zvířetem v půdě, jsou většinou hlouběji nebo jen mělce vytačeny do měkkého podkladu. Velmi častým je způsob sledování člověka podle právě takového stop. Při sledování neznámé osoby se musíme snažit vyvarovat se možnému nastrožení léček. Přecházíme-li do jiného terénu, zejména při příchodu k rozcestím, příchodu roklinami, úvozy, hustými porosty, musíme vyhledávání stop věnovat větší pozornost. Stopy nám většinou napovědí, zda sle-

doovaný šel sám, jak dlouhá doba od jeho průchodu uplynula, jak byl velký, co nesl, jaké měl zvyky, zda byl tělesně postizený, a mnoho dalších údajů.

Čerstvé stopy ve sněhu i v měkké půdě mají ostré okraje, na sněhu bývají ve směru pohybu vyhrnuty u špiček nebo u podpatků drošky nebo i tenké vrstvičky. Podle kroku můžeme usoudit i na výšku člověka. Čím je krok delší, tím je zpravidla člověk vyšší. Při posuzování výšky si můžeme pomoci jednoduchým vzorcem, který vyjadřuje vztah mezi délkou chodidla a výškou osoby:

násobíme délku bosé nohy číslem 7, nebo obuté nohy číslem 6.  
[Příklad: délka bosé nohy je 26 cm.  $7 = 182$  cm  
délka obuté nohy je 30 cm.  $6 = 180$  cm.]

Porovnávání rozdílů mezi stopami. Pomalý krok (s odchylkou chodidel od osy chůze  $10^\circ - 25^\circ$ ) a normální krok (s odchylkou do  $10^\circ$ ). Individuální znaky. Směr chůze



Tento výpočet nemusí být vždy přesný, ale přece jen poslouží jako přibližný orientační údaj. Sledovaný vás může mást i většími nebo menšími botami, úmyslným prodlužováním nebo krácením kroku, ale zkušený stopař i tak pozná podle klázení nohou podstatné odlišnosti.

Při hodnocení dáváme pozor i na hloubku stopy. Ten, kdo má nohy s vbočenými koleny (nohy do X), zanechává hlubší stopu na vnitřní straně. Člověk s koleny vybočenými (nohy do O), zanechává hlubší otisk stopy na vnější straně. Ten, kdo nese těžší předmět, přenáší zpravidla váhu na špičky. Starší nebo nemocní lidé dělají kratší kroky a můžeš najít i otisky hole, kterou používají. Sledujeme také odhozené předměty, které nám napoví, zda jde o kuřáka, člověka, který cestou jí (při delší cestě). Odhozený předmět může mít pro pátrání i zásadní význam, a proto je třeba jej zajišťovat. Stopy v místě zastávků mohou prozradit i tvar nebo druh předmětu, který pronásledovaný nese (batoh, zbraň, kufr apod.).

V případě, že je stopa dobře viditelná, je nutno ji změřit a uvést srovnávací charakteristické rysy. Na stopě měříme její délku a šířku, rozměry podpatku, úhel k ose pohybu, vzdálenosti stop, jejich směr. Zjištění směru postupu má důležitý význam pro další činnost. Pamatujeme si, že většina lidí při postupu terémem volí osu podle význačných orientačních bodů v terénu. Proto vždy nejdříve zjistíme směr postupu.

K správnému zjištění směru postupu musíme provést následující hodnocení:

— Jde-li někdo pozpátku, dělá kratší kroky a špičky jsou obráceny dovnitř, směr chůze je lomený.

— Při normální chůzi nám špička boty vždy vyhazuje půdu ve směru postupu.

— Stáří stopy zjistíme srovnáním s čerstvým otiskem, který sami uděláme v blízkosti zjištěné stopy. Otisky s ostrými okraji vznikají v měkké půdě. Za sucha je otisk sypký a nepřesný. Pršelo-li od doby vzniku stopy, je stopa viditelně porušena kapkami deště, nebo mírně smytá. Při větru bývá stopa zasypaná jemným pískem. V trávě poznáme stopu i směr pochodu podle stlačení trávy a jejího lomu.

K zachování stopy, anebo pro navedení psa na stopu, stopu zajišťujeme. Místo se označí viditelným předmětem (kámen, klacík apod.), a nejzachovalejší stopu překryjeme větší ulomenou větví stromu.

Obdobně jako lidská stopa se ve vhodném terénu zachová i otisk pneumatik dopravního prostředku. Stopa nám napoví, zda vozidlo stálo nebo se rozjízďilo, za jakého počasí. Lze z ní

usuzovat i na váhu nákladu a podle stop nohou v okolí vozidla; na to, kolik lidí v něm bylo, kterým směrem odcházel nebo odkud přišli.

Sledujeme-li terén pozorně, najdeme i celou řadu věcí, které o sobě lidé zanechali. Také tyto předměty mohou o lidech, kteří jich používali, mnoho napovědět.

## Pokyny k praktické činnosti

— Zahrajte si na stopaře a uprchlíka. Uprchlík, který má na nohou obuv s typickou podrážkou, vyrazí o 5 minut napřed, ostatní ho po stopě následují. Po 30 minutách se ukryje. Kdo ho objeví jako první, zvítězil.

## Vyhledávání stop pomocí psa

Psi jsou při výkonu služby pohraničnicka nenahraditelní. Pomáhají při pátrání, zesilují pohraniční hlídky a svou ostražitostí a rychlou reakcí chrání pohraničnický před napadením. Výcvik služebních psů se skládá z výchovy štěnat, speciálního výcviku a z nácvičky dospělých psů. Podle stupně vycvičenosti zařazujeme psy do těchto kategorií:

- štěňata do stáří 12 měsíců,
- nevycvičení psi,
- vycvičení psi.

Při výcviku můžeme zvolit jednu z těchto metod:

1. Metodu mechanickou, při níž používáme různých druhů mechanických prostředků, podnětů a tím nutíme psa vykonávat určitou činnost, kterou odměňujeme pamlskem.
2. Metodu chuťově dráždivou, která je založena na využití pamlsku a slouží k upevnění cviků a získání podmíněných reflexů.
3. Metodu kontrastní, při níž využíváme jak mechanických, tak chuťově dráždivých podnětů.
4. Metodu napodobovací, jež se využívá především u štěnat a nevycvičených psů. Cvik ukážeme několikrát za sebou s vycvičeným psem, cvičící pes je napodobuje.

Nácvič vyhledávání stopy služebním psem se provádí takto:

Nejprve cvičíme psa ve sledování stopy psůvoda buď pomocí apurtu (předmětu, který nosí psůvoda delší dobu u sebe), nebo tím, že se psůvoda sám ukryje na konci stopy. Je možné využít i potravu, kterou psůvoda odnese na konec stopy. Psůvoda navede psa na začátek stopy, současně mu dá povel „STOPA“. Sleduje-li pes stopu psůvoda se zájmem, opakujeme

cvik na cizích stopách, s postupným zvětšováním vzdáleností. Jakmile pes sleduje stopu, na kterou byl naveden, přistoupíme na aktivní vyhledávání stopy. Psovod navádí psa nejprve přímo ve směru stopy a dává mu povel „HLEDEJ“. Jakmile pes přičichne ke stopě, dává mu povel „STOPA“ a vypustí psa k vypracování. Při nácviku se postupně ztěžují jednotlivé cviky a prodlužuje se délka.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Nacvičujte vyhledávání stopy jakýmkoliv psem.
- Uspořádejte soutěž psů ve vyhledávání stop.

#### Odlévání stop

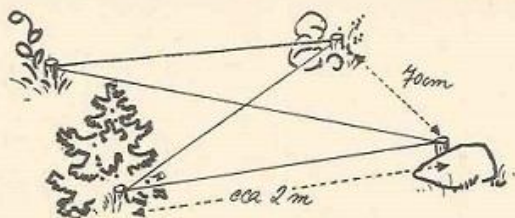
Při vycházkách se jistě setkáváte s celou řadou stop, zanechaných zvířaty, lidmi nebo dopravními prostředky. Pokud vás něčím zaujmou, zkuste si je odličit. Není to práce příliš obtížná, ale vyžaduje trpělivost.

Budete k tomu potřebovat následující pomůcky:

- sádro nejlépe štukatérskou, jejíž množství odhadnete podle velikosti stopy (na stopu dospělého člověka zpravidla postačí 0,5 kg),
- litrovou láhev s vodou,
- dřevěný rámeček nebo proužek tvrdého papíru (o šířce 5–6 cm a délce o 15 cm větší, než je obvod stopy),
- kelímek z umělé hmoty o obsahu 0,5 l,
- dřevěné tyčinky nebo kousky dřeva na zpevnění odlitku,
- kousek plechu nebo jiný předmět k rozmíchání sádry,
- tužku, zápisník, do kterého zaznamenáte místo, den, čas, druh a zvláštnosti stopy.

Při odlévání postupujeme takto:

Ze všech stop si vybereme nejlepší. Najdeme ji zpravidla v měkké půdě. Odstraníme opatrně předměty, které k stopě nepatří (listy, drošky větviček, kůry), avšak jen velmi lehce, například foukáním, abys stopu nepoškodil. Kolem celé stopy položíme dřevěný nebo papírový rámeček. V kelímku rozmícháme sádro s vodou do kašovitě hustoty. První vrstvu sádry nalejeme po celé stopě, pak podélně i příčně položíme dřevěné nebo drátěné výztuže, aby se později otisk nelámala. Jakmile nám sádra začne zasychat (asi po 10 minutách), doplníme zbytek na požadovanou výšku podle dřevěného rámečku. Po úplném zaschnutí rámeček odstraníme, otisk vyjmeme a očistíme jej štětcem od všech nečistot.



Nástraha znamenající průchod

pokládáné ose postupu narušitele, nejlépe lesní cestu nebo malou pěšinku. V tomto prostoru si vyznačíte obdélník o délce 5 m a šířce do 3 m. Zatlučte do země 6 kolíků tak, aby byly asi 5 cm nad zemí a natáhněte mezi nimi nit. Dbejte na to, aby nástraha barevně splývala s okolím nebo byla kryta trávou. Přetržením nebo značným uvolněním nitě se narušitel prozradí a zanechá tak stopu. Takovéto stopy však je třeba pečlivě vyhodnocovat, neboť porušení nástrahy může způsobit i lesní zvěš.

Pro elektrické prostředky nám jako základní materiál slouží nástražný drát nebo nit (provázek), skobky, ocelové pero nebo pružný plech, vrut (šroubek do dřeva), hřebík, obímka s žárovkou, baterie 4,5 V, dvojitka nebo zvonkový drát. Délka závisí na vzdálenosti strážného od nástrahy. Při umístění nástrahy postupujte takto:

Podle terénu vyhodnoťte pravděpodobnou osu postupu narušitele. Na ní vyberte nejvhodnější úsek, jehož šířka by neměla přesahovat 10 m, aby se nit neprověšovala. Na konci úseku zatlučte do stromu (kůlu, pařezu, plotu) pevně hřebík, na něj uvažte nit. Ve vhodných vzdálenostech zatlučte do dalších opět skobky, které zabrání prověšení nitě. Na druhém konci zhotovte dotek z ocelového pera nebo pružného plechu, jak ukazuje obrázek a zapojte elektrický obvod.

Funkce celého zařízení spočívá v tom, že při přetržení nitě dojde k spojení ocelového pérka se šroubkem, na kterém je

#### Pokyny k praktické činnosti

- Založte si archiv stop zvěše,
- Zorganizujte soutěž o nejlepší odlitek stopy.

#### Nástrahy k zjištění postupu neznámých osob po lesní cestě

Pohraničníci při výkonu služby běžně používají různých nástražných zařízení, která je upozorňují na pohyb osob v blízkosti jejich stanoviště. Tyto prostředky jsou buď tovární výroby, nebo si je zhotovují sami. Používají jich především v nočních hodinách k zlepšení výkonu služby.

Také vy, při svých bojových hrách, budete občas potřebovat zjistiť pohyb svých kamarádů. Pomůže vám přitom důvtip a možná i několik rad.

Nástražné prostředky podle jejich druhu rozdělujeme na mechanické, elektrické a přírodní.

Jako základní pomůcka pro zhotovení mechanické nástrahy nám poslouží drát, provázek, pevná nit, dřevěné kolíky a prázdné plechovky. Z těchto prostředků můžete vytvořit celou řadu jednoduchých nástrah, které vám poslouží k předání signálu při průchodu kohokoliv sříženým prostorem.

Nejjednodušším mechanickým prostředkem je zvuková nástraha. Dá se použít k přehrazení cesty nebo volného prostoru. Zhotovíme ji natažením drátu na kolíky, větve keřů nebo nízkých stromků a zavěšením prázdných plechovek, do nichž můžeme vložit několik kamének. Ve dne se umísťují skrytě v keřích, vysoké trávě, tak aby nebyly při běžném pohledu vidět, v noci je můžeme ponechat i ve volném prostoru.

Pro umístění takovéto nástrahy zvolíme nejvhodnější místo podle úvahy, kudy asi může náš protivník (narušitel) postupovat. Na místě, jemuž se nebude moci vyhnout, umístíme nástrahu mezi dva stromy, nebo drát zavěsíme na připravený kolík, ve výši 50–70 cm. Na drát (provaz) zavěsíme plechovky vždy po dvou ve vzájemné vzdálenosti 1 cm od sebe.

Při použití takovéto zvukové nástrahy musíme být ukryti někde poblíž, abychom rachot slyšeli a mohli na toto znamení rychle reagovat. Vyvarujeme se použití leských plechovek, které ve dne i v noci mohou nástrahu prozradit. Nemáme-li jiné, pomažeme je blátem. Místo plechovek lze použít i lahvi.

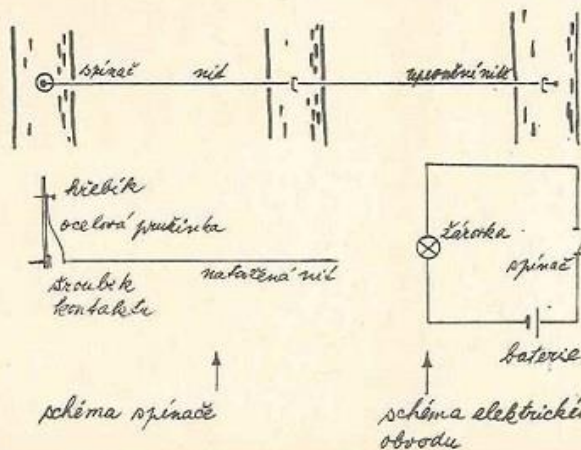
Jiným druhem mechanických nástrah jsou zařízení, zaznamenávající průchod osob. Jejich výhodou je, že narušitele nevyplaší, neboť nejsou hlučné. Používá se jich zvláště tam, kde není možno provádět nepřetržitě pozorování. K zhotovení může docela obyčejná nit. Vyberte si nejužší místo v před-

instalován druhý vývod elektrického obvodu. Při dotyku dojde k uzavření obvodu a rozsvítí se signalizační žárovka. Toto znamení upozorní hlídku na pohyb ve sříženém prostoru.

Přírodní prostředky mohou být větve, suché listy, tráva, husté keře apod. Záleží jen na vašem důvtipu, jak jich použít, aby ten, kdo nástrahy nezná, způsobil při jejich odstraňování nebo při průchodu hluk.

K nástrahám patří i kontrolní pás. V prostoru, kterým musí narušitel projít, vyberte vhodný terén s měkkou, písčitou nebo ornou půdou. Vhodný úsek si ohraničte a vysbřejte z něj všechny předměty, kameny a nakonec jej upravte hrabáním tak, aby brázdičky směřovaly podélně a stopy v nich byly dobře viditelné. Ke kontrole nenarušení kontrolního pásu se vysílají pravidelně hlídky, které mají za úkol sledovat úsek a odhalit postup narušitele.

#### Elektrická nástraha



Pro větvičkovou nástrahu vybere tenké suché větvičky, které odpovídají danému prostředí. Položte je na zem tak, aby ten, kdo na ně slápně, je zlomil. Takováto nástraha ujde pozornosti narušitele i na širších cestách nebo i ve volném terénu a je-li dostatečně hustá, nemůže selhat.

Při svých hrách a zábavách jistě přijdete i na další nástrahy, jimiž zjistíte pohyb protivníka. Je však vždy třeba, aby nástrahy byly přirozené, odpovídaly prostředí, a pokud možno narušitele nevyplašily.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zahrajte si na pohraničníky, zabezpečte nástrahami strážný úsek.
- Zřídte si u klubovny nástrahy, které vás upozorní na příchod cizí osoby.

#### Naše zápisy důležitých údajů

Ke každodennímu životu potřebujeme množství informací, které nám umožňují správně se rozhodovat. Každý pohraničník musí znát dokonale svůj úsek, mít základní informace, které se týkají společenského i politického života pohraničních obcí a musí vědět, kam se v případě potřeby může obrátit o pomoc. Také mladý strážce hranic by měl mít zápisník, ve kterém si poznamenává potřebné údaje a který nosí stále u sebe a doplňuje jej o další poznatky, získané při vycházkách nebo oddílových schůzkách. Zápisník by měl obsahovat následující údaje:

- jména a bydliště státních a stranických orgánů a organizací,
- umístění národního výboru a společenských organizací,
- vzdálenost z obce k různým orientačním bodům, které jsou pro vaše okolí charakteristické (vrcholy, křižovatky, můstky, stavby),
- umístění autobusových a vlakových zastávek,
- prostory zákazu zastavení a nedovoleného stanování,
- orientační body průběhu hraničního pásma.

Takový zápisník je nejlépe uložit do průhledného obalu a nosit jej u sebe. Nesmíte jej však ztratit, neboť tyto údaje by mohl nepřítel zneužít.

V zápisníčku můžete rozdělit údaje do několika tabulek. Jedna z nich může např. obsahovat jména, adresy, telefonní

150

Tento přehled zdaleka nezahrnuje všechna naše motorová vozidla. S mnoha dalšími se můžete seznámit v časopisech Svět motorů, Motor a v jiných, nebo i v mnoha zajímavých knížkách.

Značka vozidla vám však neprozradí, odkud přijelo, nebo kdo je jeho držitelem. Zda vozidlo, které potkáte, patří do vašeho okresu nebo přijelo odjinud, poznáte podle státní poznávací značky. Některé z nich si zapamatujete, jiné můžete mít poznamenány ve svém zápisníčku. Pamatovat byste si měli alespoň značku vlastního okresu a okresů sousedních.

#### Přehled státních poznávacích značek podle jednotlivých okresů:

Banská Bystrica	BB, BC	Jihlava	JL
Bardejov	BJ	Jindřichův Hradec	JH
Beroun	BE	Karlovy Vary	KV
Blansko	BK	Karviná	KA, KI
Bratislava město	BA, BL, BT	Kladno	KD, KL
Bratislava okres	BH, BY	Klatovy	KT
Brno město	BM, BS, BZ	Kolín	KO
Brno okres	BI, BO	Komárno	KN
Bruntál	BR	Košice město	KE
Břeclav	BV	Košice okres	KS
Čadca	CA	Kroměříž	KM
Česká Lípa	CL	Kutná Hora	KH
Č. Budějovice	CB, CE	Levice	LV
Český Krumlov	CK	Liberec	LI, LB
Děčín	DC	Liptovský Mikuláš	LM
Dolný Kubín	DK	Litoměřice	LT
Domažlice	DO	Louny	LN
Dunajská Středa	DS	Lučenec	LC
Frydek - Místek	FM	Martin	MT
Galanta	GA	Mělník	ME
Gottwaldov	GT, GV	Michalovce	MI
Havlíčkův Brod	HV	Mladá Boleslav	MB
Hodonín	HO	Most	MO
Hradec Králové	HK, HR	Náchod	NA
Humenné	HN	Nitra	NR
Cheb	CH	Nové Zámky	NZ
Chomutov	CV	Nový Jičín	NJ
Chrudim	CR	Nymburk	NB
Jablonec n. Nisou	JN	Olomouc	OL, OC
Jičín	JC	Ostrava	OT, OV

152

číslo funkcionářů obce (předseda MNV, předseda organizace KSČ, velitel PS, lékař, náčelník oddělení SNB), další může být přehledem orientačních bodů (prostor, kde bod leží, vzdálenost od svého bydliště, světová strana). Jiná tabulka zachytí zastávky autobusů a vlaků (stanice, doby průjezdu autobusů a v jakém směru).

Tyto údaje mohou být zpracovány i formou kartotéky, což má tu výhodu, že při větších změnách nebo opotřebování kartičku snadno vyměníte. Jako přílohu zápisníčku nebo kartotéky si připravte kartičky (stránky) pro popis osob, které budete chtít podrobně popsat.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zpracujte si přehled důležitých údajů, vzájemně si jej doplňte. Ověřte si v terénu pravdivost údajů, které jste v něm uvedli.

#### Naše typy motorových vozidel, státní a mezinárodní poznávací značky

Vynález parního a výbušného motoru přinesl světu zkrácení vzdálenosti. Ani dnešní moderní dopravní prostředky, jako jsou letadla, rakety, elektrické vlaky však dosud nedokázaly vytlačit z dopravy automobil, autobus a motocykl. Stále se jich používá v obrovském množství k přepravě lidí i k dopravě nákladů na kratší a střední vzdálenosti. Československá socialistická republika vyrábí automobily a motocykly, známé po celém světě. Se značkami: Škoda, Tatra, Jawa, Avie, ČZ se můžete setkat za polárním kruhem stejně tak jako v rovníkové Africe.

Následující tabulka dává přehled o hlavních typech našich osobních automobilů a motocyklů:

Značka	Obsah válců	Maximální rychlost	Značka	Počet osob	Maximální rychlost
Babeta	50 cm <sup>3</sup>	40 km/hod	T - 603	5	170 km/hod
Jawa 50	50 cm <sup>3</sup>	65 km/hod	T - 613	5	190 km/hod
Jawa 90	90 cm <sup>3</sup>	90 km/hod	Š 1000 MB	5	120 km/hod
ČZ 125	125 cm <sup>3</sup>	105 km/hod	Š 100	5	125 km/hod
ČZ 250	250 cm <sup>3</sup>	145 km/hod	Š 120	5	145 km/hod
Jawa 250	250 cm <sup>3</sup>	125 km/hod	Š 1203	8	90 km/hod

151

Opava	OP	Stará Lubovňa	SL
Pardubice	PA, PU	Strekonice	ST
Pelhřimov	PE	Svidník	SK
Písek	PI	Svitavy	SY
Plzeň město	PM, PN	Šumperk	SU
Plzeň sever	PS	Tábor	TA
Plzeň jih	PJ	Tachov	TC
Poprad	PP	Teplice	TP
Povážská Bystrica	PX	Topolčany	TO
Praha město	A	Trebišov	TV
Praha východ	PH, PY	Trenčín	TN
Praha západ	PC, PZ	Trnava	TT
Prachatice	PT	Trutnov	TU
Prešov	PO	Třebíč	TR
Prievidza	PV	Uherské Hradiště	UH
Prostějov	PV	Ústí nad Labem	UL, US
Přerov	PR	Ústí nad Orlicí	UO
Příbram	PB	Velký Krtíš	VK
Rakovník	RA	Vranov	VV
Rimavská Sobota	RS	Vsetín	VS
Rokycany	RO	Vyškov	VY
Rožňava	RV	Znojmo	ZN
Rychnov nad Kněžnou	RK	Zvolen	ZV
Semily	SM	Žďár nad Sázavou	ZR
Senica	SE	Žiar na Hronom	ZH
Sokolov	SO	Žilina	ZA
Spišská Nová Ves	SN		

Pro rozpoznání si pamatujte, že státní poznávací značka se většinou skládá z počátečních písmen názvu obce a ze dvou dvojmístných pořadových čísel. Naše motorová vozidla mají kromě státních poznávacích značek i označení „CS“. Vozidla jiných zemí mají zpravidla odlišně uspořádaná čísla a označení státu. Pro běžnou potřebu si zapamatujeme alespoň některé:

Rakousko	A	Bulharsko	BG	ČSSR	CS
NSR	D	NDR	DDR	Dánsko	DK
Francie	F	Velká Británie	GB	Maďarsko	H
Holandsko	NL	Polsko	PL	Rumunsko	R
Jugoslávie	YU				

Zvláštní značky označují zastupitelské úřady:

CC = konzulární sbor  
CD = diplomatický sbor

153

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte při vycházce soutěž v rozpoznávání značek vozidel a jejich příslušnosti k státu nebo okresu.
- Zjistíte-li přítomnost cizího vozidla ve vaší obci nebo v blízkosti hraničního pásma, ohlaste to pohraničnickům.

#### Hledáme v jízdním řádu ČSAD a ČSD

Kromě jízdy osobním automobilem je nejčastějším prostředkem pro cestování vlak nebo autobus. K tomu, abychom našli nejlepší spojení, potřebujeme umět hledat v jízdním řádu. Při vyhledávání potřebného spoje se držíme následujícího postupu, který je stejný pro použití jízdního řádu ČSAD i ČSD:

- Podle mapky nebo seznamu obcí si najdeme číslo tratě.
- Podle čísla tratě nalistujeme příslušnou stránku a v ní vyhledáme výchozí stanici.
- Najdeme si vhodný čas pro odjezd a příjezd do místa, kam chceme cestovat.
- Potřebné časové údaje (třebas i více spojů) si poznamenejme. Zapišeme si také stanice a doby pro případné přestupování, všimneme si, které stanice předcházejí, abychom nezapomněli včas vystoupit. Při hledání dáme pozor na jednotlivé odkazy, které jsou označeny písmenem a vlnovkou podél celého časového údaje. Značí, že vlaky jedou jen v určitých dnech nebo obdobích. Význam má i druh písma, jakým jsou údaje vytištěny. Silně vytištěné údaje znamenají rychlíky, slabším tiskem jsou označeny údaje o vlnkách osobních. Některé sloupce jsou v záhlaví nadepsány písmeny v černém kroužku. Podíváme se do vysvětlivek, co značí. Vedle jiných údajů si najdeme v poznámkách i vysvětlení, odkud je vlak vypravován a do které konečné stanice jede. Nemáme-li vlastní jízdní řád, najdeme jej v každé železniční stanici nebo na zastávkách autobusů, pokud jej vandaloři nezníčili.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte soutěž v nejrychlejší vyhledání nejvhodnějšího spoje v jízdním řádu pro cestu do určeného místa. Soutěžit mohou i družstva vzájemným pokládáním otázek.

154

Vynaložím všechny svoje síly a schopnosti a jsem připraven nasadit i život v boji za zájmy Československé socialistické republiky a při plnění jejích internacionálních závazků, v boji za vítězství míru a komunismu. Tak přísahám!

#### Sbor národní bezpečnosti a veřejný pořádek

Příslušníci SNB při výkonu své služby zabezpečují zejména dohled nad dodržováním veřejného pořádku ve svém úseku. Když situace vyžaduje, pak vykonávají nevyhnutelná opatření na obnovení veřejného pořádku a svou preventivní výchovnou činnost mezi obyvateli předcházejí a zamezují porušování veřejného pořádku. Při této své činnosti se podílejí na práci NV a jejich komisí při řešení těchto problémů. Spolupracují rovněž se všemi orgány a organizacemi, které v rámci své působnosti plní dohled nad veřejným pořádkem.

Při zabezpečování veřejného pořádku příslušníci SNB zabírají porušování pravidel socialistického soužití (rvačká, výtržnostem, obtěžování občanů, ohrožování zdraví, života a majetku občanů atd.), zabírají poškozování všeobecně prospěšných zařízení (sadů, květinové výzdoby na veřejných prostranstvích, laviček, veřejných telefonních stanic, veřejného osvětlení atd.). Dále rovněž chrání majetek v socialistickém i osobním vlastnictví před poškozením a rozkrádáním, sledují dodržování pořádku a čistoty na veřejných prostranstvích a komunikacích (čistota ulic, chodníků, náměstí atd.), dohlížejí na dodržování nevyhnutelných pořádkových opatření při kulturních a sportovních akcích. Do činnosti příslušníků SNB po zabezpečení veřejného pořádku spadá ještě celá řada dalších povinností, z nichž lze především zdůraznit boj proti alkoholismu.

Tyto a další úkoly spojené se zabezpečováním veřejného pořádku příslušníci SNB plní za spolupráce s orgány NV a jejich komisemi s dobrovolným aktivem Pomocné stráže VB a podobně.

#### Pomoc pionýrů při ochraně veřejného pořádku

Pomoc při ochraně veřejného pořádku by měla být záležitostí každého občana naší země, a tedy i pionýra. Každý správný pionýr by se měl umět dívat kolem sebe a mlčením nepřecházet žádný jev, který veřejný pořádek narušuje, a to nejen v době např. oddílových schůzek, nýbrž i cestou do školy, při hře s kamarády a podobně.

156

## Pomáháme chránit veřejný pořádek

#### Sbor národní bezpečnosti a jeho poslání

Sbor národní bezpečnosti věren politice Komunistické strany Československa a socialistického státu plní především tyto základní úkoly:

- Chrání socialistické revoluční vymoženosti, zájmy socialistické společnosti, suverenitu a bezpečnost našeho státu.
- Chrání bezpečnost a práva občanů, veřejný pořádek a od všech vyžaduje dodržování naší ústavy, zákonů a norem socialistického soužití.
- V souladu s platnými zákony ČSSR vede boj proti všem socialismu nepřátelským živlům, proti všem asociálním a protispolečenským živlům.
- Přísně dodržuje socialistickou zákonnost jako jeden z nástrojů růstu vnitřní síly státu, posilování jistoty a důvěry všech občanů k socialistickému zřízení a reálnému uplatňování socialistické demokracie.

#### Přísaha příslušníka Sboru národní bezpečnosti

„Já, příslušník Sboru národní bezpečnosti, slavnostně přísahám věrnost své socialistické vlasti — Československé socialistické republice, dělnické třídě a všemu pracujícímu lidu vedenému Komunistickou stranou Československa. Slibuji, že budu čestným, udatým a disciplinovaným příslušníkem Sboru národní bezpečnosti, že budu neochvějně chránit socialistické společenské a státní zřízení, zákonná práva občanů a veřejný pořádek. Budu zdokonalovat svou politickou připravenost na základě marxismu-leninismu, úroveň svého všeobecného i odborného vzdělání a dbát na svou bezúhonnost. Přísně budu chránit státní a služební tajemství. Budu vždy rozhodně bojovat proti nepřátelům své socialistické vlasti, nepřátelům Svazu sovětských socialistických republik a ostatních společených socialistických zemí. Budu chránit přátelství a upevňovat spolupráci s lidem Svazu sovětských socialistických republik a dalších společených socialistických zemí a bojový svazek s jejich ozbrojenými bezpečnostními složkami.“

155

Znamená to tedy, že pomoc při udržování veřejného pořádku by se neměla stát pouze oddílovou záležitostí, nýbrž záležitostí každého pionýra. Směr a námět takto zaměřené pionýrské činnosti je celá řada, přesto si však ukážeme alespoň na některé:

- Sami dodržujte kázeň a jiným nedovolte dělat nepořádek a znečišťovat veřejná prostranství a komunikace (zaměřte se především na čistotu před budovou školy, klubovny, v místě bydliště).
- Sami nepoškozujte a ostatním zabraňte v ničení veřejně prospěšných zařízení (telefonní budky, lavičky v parku, záhony atd.).
- Každé narušení vám známých pravidel veřejného pořádku oznamte odpovědným orgánům — nejblížešmu oddělení VB, MNV a podobně.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zjistěte více o historii a poslání Sboru národní bezpečnosti (tento úkol nejlépe splníte, pozvete-li na některou oddílovou schůzku příslušníka SNB).
- Svou činnost zaměřte na dodržování veřejného pořádku (volte opět besedu, třeba se členem komise veřejného pořádku při MNV, a při té příležitosti dohodněte, jak sami můžete v této věci pomoci).
- Zapamatujte si velice dobře tato telefonní čísla, která jsou platná pro celé území naší republiky: 158 Bezpečnostní služba, 155 Záchraná služba a 150 Požární ochrana.

#### Pravidla silničního provozu

Základní ustanovení Vyhlášky č. 100/1975 Sb.:

Každý účastník silničního provozu (tedy i cyklista a chodec) je povinen chovat se ukázněně, pozorně, ohleduplně, neohrožovat bezpečnost a plynulost silničního provozu, jeho účastníky ani sebe nebo majetek. Přitom je povinen přizpůsobit svoje chování stavu a povaze silnice a situaci v silničním provozu. Dále je povinen dbát dopravních značek a dopravních zařízení, uposlechnout pokynů a výzev příslušníka SNB a všech, kteří se na řízení silničního provozu podílejí.

Pro lepší orientaci a pochopení tohoto odstavce si osvětlíme následující pojmy:

157

Silniční provoz — rozumí se jím provoz na pozemních komunikacích, tj. silnicích.  
 Účastník silničního provozu — je to osoba, která se přímým způsobem na tomto provozu podílí (řidič, spolujezdec, chodec, jezdec na zvířeti atd.).  
 Řidič — osoba, která řídí motorové vozidlo, vozidlo nemotorové, tedy i cyklista, a tato osoba řidičem zůstává, i když vozidlo (jízdní kolo) vede.  
 Nemotorové vozidlo — jde o vozidlo, které se pohybuje pomocí lidské nebo zvířecí síly.  
 Vozovka — jde o část silnice určené především pro provoz motorových vozidel.  
 Chodník — je to komunikace v obci určená především pro chodce, od silnice oddělená výškově nebo jiným způsobem.

#### Některá ustanovení pro cyklisty a chodce

Pokud se malý cyklista účastní silničního provozu (samostatně od 10 let, mladší jen v doprovodu osoby starší 15 let), vztahují se na něj všechny povinnosti řidiče, jsou to tyto:  
 — K jízdě smí použít pouze jízdní kolo, které splňuje stanovené podmínky provozu vozidel na silnici (jízdní kolo musí být např. opatřeno účinnými brzdami, zadním odrazovým sklíčkem atd.).  
 — Musí se plně věnovat řízení jízdního kola a sledovat situaci v silničním provozu.  
 — Svou jízdu neomezovat plynulostí silničního provozu, nepřekážet v jízdě motorovým vozidlům a umožnit předjetí.  
 — Náhle a bez výstrahy nezastavovat, pokud si to nevyžaduje bezpečnost silničního provozu.  
 — Během jízdy nezahazovat různé předměty a podobně.  
 Kromě těchto základních pravidel, která se vztahují na všechny řidiče, musí cyklista respektovat následující:  
 — pokud se nachází na silnici, je účastníkem silničního provozu a jeho jízdní kolo je vozidlo, proto musí respektovat všechny dopravní značky i pokyny platné pro vozidla,  
 — nesmí pokračovat v cestě po vozovce, která je označena dopravní příkazovou značkou D 15a (Dálnice) a D 16a (Silnice pro motorová vozidla) a rovněž zákazovou dopravní značkou B 8 (Zákaz vjezdu cyklistů), naproti tomu může pokračovat v jízdě po komunikaci opatřené zákazovou dopravní značkou B 11 (Zákaz vjezdu všech motorových vozidel),  
 — tam, kde současně s vozovkou probíhá komunikace označená dopravní příkazovou značkou C 8 (Stezka pro cyklisty) je povinen pokračovat po této cestě,

158

#### Jak se zachovat na místě dopravní nehody

Stávají se případy, kdy se pionýr sám, či se svými kamarády najednou osamocně ocitne na místě dopravní nehody. Pak by se měl řídit následujícím postupem činnosti:  
 — Podle okolností musí ze všeho nejdříve poskytnout první pomoc případně zraněné osobě, a pokud na to vlastní síly nestačí, je nutné povolát pomoc dospělého a rovněž tak odbornou pomoc (č. t. 155 patří Záchraná službě a platí po celém území republiky).  
 — Dále je nutné nehodu nahlásit příslušníkům SNB, a to buď osobně, nebo za pomoci jiné osoby, nebo s pomocí telefonu (t. č. 158).  
 — Všechny tyto způsoby je dobré při větším počtu svědků nehody kombinovat.  
 — Pokud byl pionýr sám, nebo spolu s kamarády očitým svědkem nehody, je pak jeho povinností vyčkat na místě až do příjezdu příslušníků SNB a sdělit jim vše, co mu je o nehodě známo.  
 — Pokud k nehodě došlo na málo frekventované silnici a havarované vozidlo (vozidla) vytvářejí na silnici překážku, která je viditelná až na poslední chvíli (např. v zatáčce) měl by učinit potřebná opatření pro zabezpečení bezpečnosti silniční dopravy.  
 — Rovněž se může stát, že řidič jedoucí okolo, odvezl zraněné k ošetření a pionýr sám či s kamarády zůstal u poškozeného vozidla. Pak je jeho povinností až do příjezdu příslušníků SNB udělat vše pro to, aby k poškozeným vozidlům nikdo nechodil a popřípadě z nich nebral žádné věci (součástky, rádia, magnetofony atd.).  
 Postup činnosti při dopravní nehodě samozřejmě záleží na každé konkrétní situaci, vždy by však měla být nejdříve volána první pomoc a pak by měli být uvědoměni příslušníci SNB!

#### Jak se zachovat na místě nálezu následků trestného činu nebo nálezu zbraní či munice

Pravděpodobnost takového nálezu není příliš velká, ale i k ní může zvlášť během školních výletů a her v přírodě dojít, proto je dobré si zapamatovat především tři základní pravidla chování v tomto případě:  
 — Po spatření nálezu se k němu v žádném případě nepřiblížte, na nic nesahejte a vraťte se stejnou cestou zpět do dostatečně vzdálenosti od místa nálezu.  
 — Nález okamžitě ohlašte na nejbližším oddělení VB, buď

— pokud není jízdní kolo opatřeno nosičem, nesmí na něm převážet žádná zavazadla,  
 — osoba mladší 18 let nesmí na jízdním kole převážet jinou osobu (malé dítě do 7 let) vůbec, a osoba starší jen pokud je k tomu jízdní kolo uzpůsobeno,  
 — při jízdě ve skupině musí jet cyklisté jeden za druhým, Poněkud jiná pravidla se týkají chování chodců. Tito se účastníky silničního provozu stávají tehdy, pokud se na něm určitým způsobem podílejí. Především se tím rozumí chůze po vozovce mimo obec a přecházení vozovky v obci.

Chodci používají zásadně k chůzi chodníky, tj. zvláštních od silnice oddělených komunikací. Pokud tyto chybějí (mimo obec a podobně), pak v chůzi pokračují po levé (ve směru chůze) krajnici vozovky, pouze skupina osob seřazená od tvaru kráčí po straně pravé. Krajníci se rozumí část silnice od okraje vozovky (asfalt, beton) k okraji silnice. Pokud chodník chybí, ale určitá komunikace je vyznačena příkazovou dopravní značkou C 7 (Stezka pro chodce), pokračuje chodec po ní.

Chodci v obci vozovku přecházejí pouze na přechodech, které jsou na vozovce vyznačeny vodorovnou dopravní značkou V 7 (Přechod pro chodce), anebo příkazovou dopravní značkou D 6 (Přechod pro chodce). Na křižovatkách jsou tyto přechody opatřeny světelnými signály. Může se však stát, a v malých obcích tomu tak je, že přechod přes vozovku vyznačen není. V tom případě se chodec před vstupem do vozovky pečlivě rozhlédne a vozovku co nejrychleji přejde po přímce kolmé k okraji silnice (tedy nepřechází jí křížem). Ještě jedno upozornění: Mezi lidmi je rozšířen názor, že chodec má na vyznačeném přechodu vždy přednost před vozidlem. Není tomu docela tak, neboť chodec nesmí nikdy řidiče omezit (rovněž řidič nesmí ohrozit chodce, který již do vozovky vstoupil). Znamená to tedy, že i na vyznačených přechodech pro chodce do vozovky vstupujeme až potom, co se důkladně rozhlédneme kolem, a v chůzi pokračujeme pouze, když žádné vozidlo nejede, anebo je ještě dostatečně vzdáleno.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Seznamte se se základními pravidly silničního provozu (formou přednášky a na ní navazujícího kvízu).
- Naučte se znát všechny dopravní značky a jejich význam (forma obdobná, jako v předcházejícím bodě).
- Zvládněte praktickou činnost cyklisty a chodce jako účastníků silničního provozu (zvolte besedu se členem Pomocné stráže VB).

159

osobně, či telefonem na čísle 158 (v přítomnosti více osob je dobré oba způsoby kombinovat).

- Vyčkávejte na svém místě (dostatečně vzdáleném od místa nálezu) až do příjezdu příslušníků SNB, přitom zbytečně toto místo neopouštějte (nechodit sem a tam), nikomu nedovoľte se k místu nálezu přiblížit či z něj cokoliv brát. Je nutné si také zapamatovat, jakou cestou jste k nálezu přišli a jaké stopy jste přitom zanechali (odhozený papírek, stopy v blátě atd.).

#### Pokyny k praktické činnosti

- Naučte se poskytovat nezbytnou první pomoc (teoreticky i prakticky).
- Teoreticky se připravte k činnosti na místě dopravní nehody a podezřelého nálezu (i zde je dobré si na besedu přizvat příslušníka SNB, nejlépe specialistu — příslušníka Dopravního inspektorátu, Kriminální služby, pyrotechnika atd.).

#### Příklad hry pro pionýry k ochraně veřejného pořádku

Oddílová hra: Rozdělte se na 3—4 družstva; zástupci družstev si vylosují určité části města, čtvrti, obce (náměstí, park, hlavní ulice atd.). Během 1 hodiny se pak družstvo združuje ve vylosovaném prostoru a do poznámkového bloku si zapisuje všechna zjištěná narušení veřejného pořádku. Tyto závady pak musí nahlásit na příslušných místech. Vyhrává to družstvo, které nejen zjistí největší počet narušení veřejného pořádku, ale zároveň i nejvíce zjištěných nedostatků samo odstraní (uklidí).

Úkoly pro oddíl i jednotlivce [podle zvážení svých možností]

- dbát, aby zejména mladší děti nešlapaly po trávníku a záhonech v parku a na veřejných prostranstvích,
- dbát na pořádek a čistotu ulice před školou a klubovnou,
- zabraňovat mladším a neukázněným dětem v poškozování veřejných telefonních aparátů, veřejného osvětlení, laviček atd.

#### Hra k pravidlům silničního provozu

Oddílová hra: Po dohodě s příslušníky SNB z nejbližšího oddělení zaznamenávají oddílová družstva (v doprovodu starší osoby, nejlépe člena Pomocné stráže VB) všechny dopravní přestupky na místech vykázaných příslušníky SNB (např. do-

160

161



držování dopravních značek). Za každý zjištěný přestupek (potvrzený členem PS VB) si družstvo připsá bod a za každou správnou odpověď v kvízu o znalostech dopravních značek (ten hře předchází) si napíše body dva. Vítězí družstvo s nejvíce body.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Na některou oddílovou schůzku si přiveďte svá jízdní kola a společně pak zkontrolujte nakolik odpovídají platným předpisům a všechny závady odstraňte (užitečné to je za spolupráce s příslušníky SNB, nebo PS VB).
- Je-li vaše škola na hustě frekventované ulici, pak oddíl zajistí stálý dohled na přechodu pro pěší a pro oddíl jisker zajistí a nacvičí praktickou ukázkou, jak bezpečně vozovku přecházet.
- Každý člen oddílu si všimá dětí - cyklistů a v případě, že tyto děti narušují pravidla silničního provozu, pak je na to upozorní a řádně je poučí.



#### Vyznamenání:

##### A.

1. Medaile Za příkladnou práci v SPO ČSSR
2. Medaile Za zásluhy
3. Medaile Za mimořádné zásluhy
4. Čestný prapor ústředního výboru SPO ČSSR
5. Zasloužilý člen SPO ČSSR
6. Stuha k čestnému praporu

##### B.

1. Medaile Za věrnost
2. Titul Čestný člen SPO ČSSR

##### C.

1. Za odvahu a statečnost
2. Za hrdinný čin

#### Odznaky odbornosti:

1. Absolvent Ústřední školy SPO ČSSR
2. Vzorový požárník I., II., III. stupně
3. Vedoucí mládeže — minimum, I., II., III. stupně, čestný odznak
4. Vzorový strojník
5. Rozhodčí I., II., III. stupně
6. Výkonnostní třídy I., II., III.

#### Požárníkům z povolání mohou být uděleny čestné tituly:

1. Vzorový pracovník požární ochrany
2. Zasloužilý pracovník požární ochrany I., II. a III. stupně
3. Resortní vyznamenání „Za hrdinský čin“
4. Státní vyznamenání „Za statečnost“

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zjistěte, zda ve svém okolí máte mezi dospělými požárníky nositele některých vyznamenání. Pokud ano, jakých a za co je obdrželi.
- Uspořádejte s vyznamenanými požárníky besedu.

## Pomáháme chránit životy a majetek před požáry

### Význam a poslání požární ochrany v ČSSR

Všichni občané v ČSSR budují svoji aktivní práci socialistickou společností. Úkolem nás všech však není jen socialistickou společností budovat, ale také ji bránit a ochraňovat. Mezi ty, kteří každodenně naši socialistickou republiku ochraňují, patří i požárníci.

Hlavním posláním požárních útvarů, kteří pracují v požárních útvarcích a inspekcích, ale i těch, kteří působí v dobrovolné požární ochraně — Svazu požární ochrany ČSSR, je chránit lidské životy i majetek v socialistickém a osobním vlastnictví před požáry a jinými živelnými pohromami.

Kolikrát jistě děti, když zaslechly troubení trubky nebo zvuk sirény, chtěli jet s dospělými požárníky k ohni. Ale to není jednoduché. Vždyť požárníci se musí na svou činnost usilovně připravovat. Přesto však to mohou děti zkusit, zatím v pionýrských oddílech mladých požárních útvarců. Zde se mohou seznámat se základy požární ochrany, naučí se zacházet s hasicími přístroji, dozvědí se proč nemají vypalovat trávu, ani dlat ohnisko v lese i mnoho jiných zajímavých věcí. Se svými znalostmi i dovednostmi mohou seznamovat i ostatní děti a pomáhat tak k tomu, aby v naší vlasti bylo ještě méně požárů. K tomu jim mají pomoci i následující stránky.

Požární ochranu ČSSR zajišťují jak požárníci z povolání ve veřejných a závodních požárních útvarcích i požárních inspekcích, tak i dobrovolní požárníci — členové Svazu požární ochrany ČSSR. Požárníci mají modré uniformy a liší se jen označením. Požárníci z povolání mají hodnosti jako příslušníci vojsk ministerstva vnitra a na čepici státní znak. Dobrovolní požárníci mají čepici se znakem SPO ČSSR a funkční (v SSR hodnostní) označení rozetami na výložkách.

Za svoji záslužnou, namáhavou a mnohdy i nebezpečnou činnost mohou být požárníci vyznamenáni. Za své odborné znalosti mohou obdržet různé odznaky odbornosti.

V SPO ČSSR jsou požárníkům za příkladnou činnost a chování udělena tato vyznamenání a odznaky odbornosti:

### Odborné školy požární ochrany

K tomu, aby se občané naší republiky mohli stát platnými požárníky z povolání i členy SPO ČSSR pomáhají i odborné školy. V oblasti státní požární ochrany existují tyto školy: Vysoká škola báňská v Ostravě — katedra techniky požární ochrany a bezpečnosti průmyslu s denním i dálkovým studiem. Vysoká škola ministerstva vnitra SSSR v Moskvě.

Absolventi těchto škol se uplatní ve vyšších velitelských funkcích v požární ochraně nebo jako specialisté požární ochrany v průmyslu.

Střední škola požární ochrany ve Frýdku-Místku s denním, internátním, dálkovým i pomaturitním studiem.

Absolventi se uplatní jako střední velitelské kádry, požární technici, popř. specialisté v průmyslu.

Dále existují — odborná škola požární ochrany v Žilině, oblastní učiliště ve Frýdku-Místku, v Praze, Salaši a Donovanech. Absolventi se uplatní jako odborníci v požárních útvarcích.

Odbornou, teoretickou i praktickou přípravu funkcionářských a technických kádrů vyššího stupně zajišťují ve Svazu požární ochrany ČSSR vlastní učební zařízení. Jsou to:

- Ústřední škola SPO ČSR Bílé Poličany
- Ústřední škola SPO SSR Martin
- Učební středisko SPO ČSR Jánské Lázně
- Učební středisko SPO SSR Moštěnická Kyslá

Posláním ústředních škol je výchova odborníků požární ochrany především velitelských kádrů, strojníků a referentů prevence. Tento svůj úkol v plné míře uskutečňují, což se úspěšně projevuje v praktickém životě.

V učebních střediscích se organizují semináře a kursy funkcionářů pro úsek politicko-organizační činnosti, kursy jednotlivých referentů atd. Kromě toho se využívá středisek pro různé porady a aktivity, v letních měsících pak slouží jako pionýrské tábory mladých požárních útvarců.

Vyjma uvedené druhy školení je ve Svazu požární ochrany ČSSR nejvyšší formou odborného studia dvouleté dálkové studium požární ochrany, určené pro vyšší funkcionáře a pracovníky aparátu SPO ČSSR.

Další podrobnosti vám jistě řeknou odborní pracovníci útvarců a inspekcí požární ochrany i Svazu požární ochrany ČSSR.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Podle podmínek a možností navštivte některou z uvedených škol (učilišť) požární ochrany.
- Zvažte při volbě svého budoucího povolání možnost absolvování školy požární ochrany.

## Historie boje proti požárům

Historie boje člověka proti požárům je tak stará, jak lidstvo samo. Již od prvopočátku lidské společnosti, od doby, kdy člověk poznal oheň i jeho ničivé vlastnosti, když přerostl v požár, vymkl se lidské kontrole a změnil se v nespoutaný ničící živel, používal člověk všeho, co znal; ať již šlo o technické vynálezy nebo společenské zkušenosti v boji proti tomuto nebezpečí.

Nejstarší směrnice k zabezpečení požárů a jejich hašení se datují od 14. stol. a nacházíme je např. ve statutech Prahy, Bratislavy, spíšských měst a jiných. Později se stále více rozšiřují instituce a řády, ve kterých se předepisují povinnosti při hašení ohňů. Měly však jen lokální platnost a tak mezi první, které měly celozemský charakter, patří patent Marie Terezie z r. 1751. Později začaly vznikat placené požární sbory např. v Praze 1821 — placené zálohy, v r. 1853 placený sbor, v Košicích v r. 1844.

Následovalo i zakládání dobrovolných požárních sborů. V českých zemích je založení dobrovolné požární ochrany spojeno s r. 1864 a městem Velvary a na Slovensku s r. 1867 a městem Prešovem.

Historie a tradice požární ochrany jsou u nás bohaté a vyvrcholily po r. 1948. Dobrovolná hasičská organizace, vzhledem k rozsáhlejšímu poslání i charakteru byla přejmenována na Československý svaz požární ochrany, který ve spolupráci s orgány státní moci a správy, národními výbory a jejich požárními inspekcemi a útvary, zabezpečuje požární ochranu.

Historie požární ochrany ČR je bohatá a s dalšími údaji a informacemi se všichni pionýři mohou setkat ve stále expozici — metodickému centru a stále výstavě požární ochrany v Přibyslavi nebo v expozici požární ochrany, která je v muzeu Slovenské republiky rad.

### Pokyny k praktické činnosti

- Seznamte se s historií požární ochrany ve vaší obci (městě), kdy byl založen požární sbor, jakou technikou byl tehdy vyzbrojen, kdo byl prvním velitelem atp.
- Zjistěte, kdo je u nás nejstarším požárním a pozvěte ho na besedu.
- Seznamte se s dnešní technikou i funkcionáři ZO SPO a pozvěte je na besedu.
- Zjistěte jména vedoucích funkcionářů SPO ČSSR a státní požární ochrany v republice, kraji i okresu.
- Navštivte výstavu požární ochrany v Přibyslavi (Prešově).

166

## 4. Zájmové a společenské činnosti (kulturní činnost, veřejně prospěšná činnost).

### Sportovní soutěž požárních družstev mladých požárníků

Sportovní soutěž požárních družstev mladých požárníků (dále jen SSPD — MP) je ve Svazu požární ochrany ČSSR organizována jako součást celostátní hry „Plamen“. Cílem soutěže je ověřit získané znalosti v kolektivu mladých požárníků ve výcviku s požárním nářadím i rychlost v rozvinutí požárního útoku, ve štafetě pak rychlost a hbitost členů družstva.

Požární útok se provádí rozvinutím útoku od motorové stříkačky vytvořením přívodního vedení ze dvou savic a sacího koše, dopravního vedení ze dvou hadic B a dvou útočných proudů po dvou hadicích C s použitím vody.

Základnu tvoří dřevěná plošina 2 X 2 m, na které je libovolně umístěno nářadí a postavena motorová stříkačka.

Před provedením útoku nastartuje dospělý strojník motorovou stříkačku. Povel ke startu se dává až když je stroj v chodu. Na signál startéra vybíhá soutěžní družstvo od libovolné čáry (celé družstvo však musí být seřazeno na jedné startovní čáře) k motorové stříkačce, kterou napojí pomocí dvou savic a sacího koše na vodní zdroj. Sací koš musí být napojen na savicu před ponořením savic do vodního zdroje. Družstvo žádá a žáky zapojené přívodní vedení ponoří do vodního zdroje, pak rozvine dopravní vedení ze dvou hadic B, napojí je na hrdlo přetlakového ventilu, na druhou hadici dopravního vedení napojí rozdělovač. Dále rozvine první a druhý útočný proud se dvěma hadicemi C a proudnicí. Spojení spojek může provést kterýkoliv člen družstva. Určený člen družstva obsluhuje motorovou stříkačku pod dohledem dospělého strojníka a bez jeho přímé pomoci nasaje vodu a otevře ventil výtlačného hrdla motorové stříkačky. U proudnice každého proudu je jeden člen družstva, druhý může být v prostoru útočných proudů. Z vyznačené hranice (35 m od stroje) musí soutěžící naplnit nádrž terče svého proudu 10 l vody (po signalizaci) nebo shodit z podložky plechovku. Velitel po startu pouze sleduje práci družstva, nesmí však družstvu manuálně pomáhat. Disciplína je ukončena signalizací obou terčů o naplnění nádrží vodou nebo shozením obou plechovek. Čas požárního útoku se měří od signálu startéra.

Dopravní i útočné vedení se provádí libovolným způsobem. Je však zakázáno spojování hadic na základně a tažení takto spojeného vedení vpřed. Nastříkání terčů může být provedeno ve stoje nebo v pokleku. Není dovoleno opírat proudnicí o zem nebo o druhého člena družstva.

168

## Činnost s dětmi v požární ochraně

Svaz požární ochrany ČSSR připravil jako podklad pro celoroční systematickou, soustavnou a pestrout činnost v žákovských družstvech, zájmových kroužcích požární ochrany a pionýrských oddílech mladých požárníků (dále jen kolektivy MP) kolektivech pionýrů nebo dětí pionýrského věku, celostátní hru Plamen. Hra je zaměřena na všechny oblasti práce s dětmi na základě výchovného systému PO SSM (dále jen VS PO SSM), celostátní branné hry Vždy připraven (dále jen CSBH VP), jednotného systému branné výchovy obyvatelstva (dále JSBVO) a základních dokumentů SPO ČSSR.

Pro vedoucí pionýrských kolektivů je základním dokumentem pro činnost výchovný systém PO SSM, kterým se musí řídit a vycházet z něj při činnosti s dětmi. Většina podmínek výchovného systému PO SSM je obsažena i ve hře Plamen.

### Závazné směrnice pro hru Plamen

Vyhlašovatelem je Federální výbor Svazu požární ochrany. Zúčastnit se může kolektiv mladých požárníků (žákovské družstvo, zájmový kroužek požární ochrany, pionýrský oddíl mladých požárníků), kolektiv pionýrů nebo dětí pionýrského věku nejméně devítiletý, bez rozlišení pohlaví, ve věku 8 až 15 let (rozhoduje rok narození) je-li žákem ZŠ. V případě 18 i více dětí může vedoucí rozdělit tento kolektiv pro hru Plamen na dva kolektivy.

Kolektiv soutěží ve hře Plamen bez rozlišení kategorií. Kategorie ve sportovní soutěži požárních družstev v branném závodě jsou řešeny samostatně v okresním kole. V krajském a celostátním kole soutěží všechny kolektivy jedné kategorie (mladší kategorie je zvýhodněna koeficientem 0,9 ve štafetě 4 X 60 m, v branném závodě bude mít mladší kategorie zvýhodnění při plnění disciplín — střelba, hod granátem, přechod lanové dráhy).

Hra Plamen vychází z VS PO SSM, CSBH VP, JSBVO a základních dokumentů SPO ČSSR. Základní povinnosti všech účastníků je soustavná celoroční činnost v těchto oblastech

1. Ideové výchovné (kvíz, besedy, účast na významných politických a celospolečenských akcích).
2. Požární ochrany (sportovní soutěž požárních družstev mládeže — požární útok a štafeta, požárnícky dvojboj — zápas s ruční přenosnou stříkačkou, uzlová štafeta, kvíz, preventivně výchovné úkoly).
3. Branné a sportovní hry (branný závod, tematické výlety, další sportovní a branné soutěže).

167

### Štafeta 4 X 60 m

Na pokyn rozhodčího se soutěžící podle vlastní dohody rozmlstí do jednotlivých úseků. Soutěžící v prvním úseku se postaví se štafetou před startovní čáru v libovolném postavení.

Soutěžící na ostatních úsecích se postaví na začátek rozbehového území. Na signál startéra běží první soutěžící ke kladině, přeběhne ji a v předávacím území předá štafetu druhému. Soutěžící na druhém úseku převezme štafetu, běží k překážce, překoná ji a v předávacím území předá štafetu dalšímu.

Soutěžící na třetím úseku po převzetí štafety běží k hadicím, které rozvine, spojí, jeden konec připojí na rozdělovač a na druhý konec připojí proudnicí — štafetu. Spojky musí být zapojeny na oba ozuby a v průběhu plnění disciplíny se nesmí rozpojit. Spojení hadic mezi sebou a připojení proudnice se může provést v klidu nebo za běhu. Proudnicí musí být připojena před ohraničující čarou pro odpojení proudnice. Odpojení proudnice lze provést jen za ohraničující čarou. Po odpojení proudnice předá štafetu v předávacím území dalšímu. Soutěžící na čtvrtém úseku běží k ručnímu hasičskému přístroji, který přenesse k označenému místu, kde přístroj postaví a pokračuje v běhu do cíle. Pokud přístroj nezůstal stát, může se soutěžící před proběhnutím do cíle vrátit znovu, přístroj postaví a běžet do cíle. Čas se měří od signálu startéra na prvním úseku po proběhnutí soutěžících ve čtvrtém úseku clovou čarou.

Mezi další požárnícké soutěže patří i požárnícky dvojboj, popsáný v části nazvané Pěstujeme tělesnou zdatnost.

Pro zvýšení fyzické a psychické zdatnosti se pionýři — mladí požárníci zúčastňují branného závodu, který pro ně připravil Svaz požární ochrany ČSSR.

### Branný závod MP

(Dívky, chlapci 8—11 let)

Na místo startu se dostaví pětičlenná družstva chlapců a dívek se svým vedoucím. V kategorii chlapců mohou startovat maximálně dvě dívky mladšího věku. Zde obdrží závodnický průkaz, do kterého rozhodčí na kontrolách zaznamenávají absolvování kontroly družstva a trestné přírůžky.

Trať je umístěna v mírně zvládném terénu a po délce označena barevnými fábrky. Na trati je 7 kontrol, označených viditelnými terči K1 — K7.

### Délka tratě:

— pro chlapce asi 2 km, pro dívky asi 1 km.

169

Na kontrolních stanovištích plní družstvo postupně tyto disciplíny:

1. Ideově výchovná část (odpovědi na testové otázky podle výběru FV SPO ČSSR).
2. Střelba ze vzduchovky na dřevěné špalíky.
3. První pomoc.
4. Odhad vzdálenosti a základy topografie.
5. Píížení.
6. Hod granátem na cíl.
7. Protipožární znalost a zručnost (požárnícký kuzeleňk — rozvinutí hadice na sestavu 9 kuzelek).

#### Starší kategorie:

(chlapci, dívky 12 — 15 let)

Pětiletá družstva chlapců a děvčat. V kategorii chlapců mohou startovat maximálně 2 dívky staršího věku.

V obou kategoriích mohou startovat maximálně 2 chlapci (dívky) mladší kategorie. Na místo startu se dostaví družstvo se svým vedoucím. Závodníci musí být vhodně oblečení a každý závodník musí mít vlastní masku. Během závodu jsou masky v pochoďové poloze a použijí se na určeném stanovišti.

Trať je umístěna ve vhodném bezpečném a členitém terénu a pro obě kategorie je po celé délce značena barevnými fábor. Na trati je 7 kontrol označených viditelnými terčí K 1 až K 7.

#### Délka tratě:

- pro chlapce asi 3 km,
- pro dívky asi 2 km.

Na kontrolních stanovištích plní družstvo disciplíny:

1. Test z ideově výchovné části a pravidel silničního provozu.
2. Střelba ze vzduchovky na dřevěné špalíky.
3. Hod granátem na cíl.
4. Sph po vodorovném laně.
5. Zdravotnická a protichemická příprava (ošetření zranění a přenos raněného v ochranných maskách).
6. Práce s mapou a busolou (orientace).
7. Protipožární ochrana (určení ručního hasičského přístroje a znázornění uvedení do chodu).

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zapojte se oddílem MP do hry Plamen.
- Při svých schůzkách si procvičte jednotlivé soutěže.
- Uspořádejte soutěž mezi členy vašeho oddílu.

170

#### Hrdinské činy požárníků

Při své každodenní práci se požárníci mnohdy dostávají do nebezpečných situací při hašení požárů, likvidaci povodní atd. Mnozí z nich jsou za své hrdinské činy vyznamenáni.

Nositelé státního vyznamenání Za statečnost jsou například:

- Rtm. PO P. Asník, kpt. PO M. Bernásek, por. PO M. Dekastello, plk. PO J. Kejdana, kpt. PO J. Suttner a další.

Všichni jsou příslušníci požárních jednotek Severočeského kraje. Při likvidaci požáru v Chemických závodech ČSSP v Záluží projevili velkou obětavost a neohroženost při záchraně lidských životů a socialistického majetku.

- In memoriam (posmrtně) obdržel toto vyznamenání pprap. PO J. Krýsl — velitel družstva OV PÚ Příbram, který zahynul při záchranných pracích na řece Kocábě. Projevili velkou osobní statečnost a obětavost při evakuaci osob ze zatopené oblasti.

Resortní vyznamenání Za hrdinský čin obdržel například:

- Rtm. PO I. Flek a rtm. PO V. Pfeiffer — pracovníci PÚ hl. města Prahy. Projevili obětavost a statečnost při likvidaci požáru provozní dílny v Paláci kultury. S nasazením vlastního života a s těžkými popáleninami pokračovali v zásahu při ochraně socialistického majetku.

- Příslušníci OI PO a OV PÚ Opava za neohrožený přístup a nasazení vlastního života při záchraně značných materiálových hodnot při požáru hořlavých kapalin n. p. Galena.

Z nositelů vyznamenání Vzorný pracovník PO možno jmenovat například:

- Frap. PO J. Nový — pracovník OV PÚ Beroun, prap. PO J. Klečka — pracovník OV PÚ Beroun, prap. PO J. Šafra — pracovník OV PÚ Beroun, mjr. PO F. Šmíd — náčelník OI PO Beroun, kpt. PO Ing. J. Hůla — náčelník OI PO Praha západ, kteří je obdrželi za mimořádné činy při záchraně osob, osobního i socialistického majetku při živelné pohromě — povodni.

#### Nositelé medailí Za odvahu a statečnost

- Dalibor Kopřiva a Jiří Mládek z Biliny okr. Teplice — při požáru obytného domu v Lednicích zachránili 6 starších osob z ohrožených bytů. Kromě toho v hořícím bytě prohledali každý kout, protože byla pohřešována manželka majitele bytu.
- Jiří Plaňanský z Týna n. Vlt., okr. České Budějovice. Při projíždění propustí na rozvodněné řece se převrhla loďka. Mladý muž z převrnuté lodě plaval ke břehu a dívka se

172

#### Odznaky znalosti a zdatnosti mladých požárníků

##### Odznaky znalosti

**Kronikář** — je nejméně půl roku kronikářem požárního družstva, dělá pravidelné zápisy o činnosti anebo si do osobní kroniky zapisuje poznatky o životě v kolektivu. Zná historii čs. požárnictví a historii své základní organizace. Snaží se získávat dokumentační materiál (fotografie atp.).

**Strojník** — zná tři druhy motorových požárních stříkaček a jejich výkonnost. Zná povinnosti strojníka při zásahu. Ovládá všechny druhy ručních hasičských přístrojů a jejich použití. Umí odhadnout vzdálenost a výškové rozdíly.

**Preventista** — zná hlavní příčiny požárů. Zúčastnil se nejméně dvakrát požárních hlídek ochrany přírody a úrody. Zúčastnil se preventivních prohlídek s dospělými požárníky. Nakreslí a vylepí alespoň 3 plakáty s námětem preventivní protipožární ochrany.

**Instruktor** — splnil podmínky odznaku preventista. Dokáže zorganizovat nástup družstva a podat hlášení vedoucímu. Nejméně dvakrát se zúčastnil soutěže žákovských požárních družstev. Zná všechny druhy ručních hasičských přístrojů a jejich použití. Dokáže samostatně vést pořadový výcvik družstva a cvičební úkony dokáže vysvětlit ostatním.

**Velitel** — splnil podmínky dvou odznaků (strojník, instruktor). Zná alespoň 6 znaků požární signalizace. Ovládá povelovou techniku a požární výcvik.

##### Odznaky zdatnosti

**Stuha prvního stupně** — mladý požárník pracuje v požárním družstvu nejméně 1 rok. Poznává svou obec (město) a její historii. Ví, kde se nachází MNV, VB, pošta, požární zbrojnice a kde se poskytuje první pomoc. Zúčastnil se soutěže žákovských družstev nebo požárních hlídek, hlídek ochrany přírody a úrody. Je nositelem jednoho odznaku znalostí (Preventista nebo Strojník).

**Stuha druhého stupně** — mladý požárník je nositelem stuhu prvního stupně. Splnil požadavky na získání odznaku Instruktor. V požárním družstvu pracuje nejméně 2 roky. Nejméně dvakrát se zúčastnil soutěže žákovských požárních družstev nebo hlídek ochrany přírody a úrody. Zná historii své základní organizace.

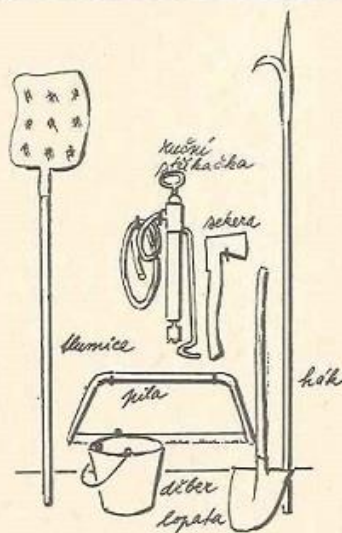
**Odznak Připraven k požární ochraně** — odznak se uděluje zásadně po dovršení 14 let. Mladý požárník je nositelem stuhu I. a II. stupně. Splnil podmínky na získání odznaku Velitel.

171

začala topit. Zachránce Plaňanský se vrhl do rozvodněné řeky, vytáhl dívku na břeh, poskytl jí první pomoc a zařídil odbornou lékařskou pomoc.

- Jiří Ponec z Vejprtk, okr. Chomutov. V šachtě pŕfsečnické přehrady hořely hadice a hrozilo nebezpečí výbuchu tlakových lahví. Jiří Ponec s nasazením vlastního života prošel celou štolou a uzavřel lahve. Zabránil značným škodám, které by ohrozily činnost celé přehrady.
- Miroslav Tebich z Tábora, který zachránil tonoucího 12letého chlapce, pod kterým se prolomil led.
- Blanka Matějková, žákyně Střední zemědělské školy v Novém Bydžově. Zachránila tonoucího 3½letého chlapce, který spadl do vodní nádrže.

#### Jednoduché hasičské prostředky



173

### Základní prostředky požární ochrany, ruční hasicí přístroje a požární vozidla

K hašení požárů užíváme celou řadu prostředků požární ochrany, které si můžeme rozdělit na:

A. Jednoduché hasicí prostředky, kterými můžeme hasit malé požáry v jejich zárodku. Snadno a bez velké přípravy je může používat každý občan.

Mezi jednoduché hasicí prostředky patří:

hlína, škvára, písek, haluz, vědro (nádobu) s vodou, lopata, tlumice, sekera, hák, ruční stříkačka, nástěnný hydrant a ruční hasicí přístroje.

B. Hasicí stroje a požární vozidla, které jsou účinnějšími hasicími prostředky; vyžadují však větší znalosti a odbornou přípravu. Do této skupiny patří:

- přenosná motorová stříkačka,
- přívěsná přenosná motorová stříkačka,
- automobilová stříkačka,
- cisternová automobilová stříkačka,
- dopravní automobil,
- pěnový hasicí automobil,
- sněhový hasicí automobil,
- práškový hasicí automobil,
- kombinovaný hasicí automobil.

### Použití jednotlivých druhů prostředků požární ochrany

K tomu, aby hořelo, je zapotřebí tří základních složek. Jsou to hořlavá látka, zápalná teplota a kyslík. Odstraněním jedné z uvedených složek přestává hořet. Další zásadou při hašení požáru je, že hasivo (voda, hlína apod.) musíme vrhat do jádra požáru, tj. tam, kde je požár nejintenzivnější.

Nejjednodušším prostředkem při hašení je nádoba s vodou, která je téměř všude po ruce. Je vhodné při hašení používat vedle vědra ještě jednu menší nádobu (hrnek), kterou vodu vrháme směrem do jádra požáru. Tím se zvýší účinnost hašení.

Ruční stříkačka je jedním z účinných prostředků, kterými úspěšně hasíme malé požáry. Jedná se o malé pístové čerpadlo s hadicí a proudnicí.

Ruční stříkačky dělíme na:

- přenosné (se stupadlem);
- džberové, které jsou bez stupadla pevně instalovány do přenosné nádrže, ze které se hasivo čerpá;
- stříkačka na záda, což je v podstatě džberová stříkačka, která tvarem i konstrukcí je přizpůsobena hlavně pro nošení na zádech.

174

**Pěnový hasicí přístroj** je naplněn alkalickým a kyselým vodním roztokem; při smíšení obou roztoků vzniká chemická pěna.

**Vzduchopěnový hasicí přístroj** má tlakovou patronu a je naplněn vodným roztokem pěnidla; při činnosti vzniká vzduchová pěna (poměr vzduchu k roztoku pěnidla). Dobře hasí (jako vodní) minerální oleje, hořlavé kapaliny a tuky. Nehodí se k hašení lihu a éteru, které chemickou pěnu rozkládají. Nesmí se používat k hašení el. zařízení pod proudem.

**Práškový hasicí přístroj** je naplněn hasicím práškem, který je do jádra požáru usměrňován hadičkou. Dobře hasí el. zařízení pod proudem (rozvodny), hořlavé kapaliny (benzín, lín), textil, papír ve svazcích, knihy, obrazy a tekuté plyny. Nehodí se k hašení pevných organických látek, které žhnou, k hašení volně ložených látek (piliny, hoblovačky), prachu, jemných mechanických částí (el. motory, telefonní ústředny).

**Sněhový hasicí přístroj** je naplněn kapalným kyslíčným uhlíkem. Vyrábí se ve dvou typech (podle velikosti náplně). Dobře hasí el. zařízení pod proudem, barvy, hořlavé kapaliny, jemnou mechaniku, potraviny, léky. Špatně hasí prach, volně ložené organické látky. Při jeho obsluze je třeba zachovat správné držení přístroje, tj. „s. 1,5“ za rukojeť a dno nádoby, u „s. 6“ za dřevěné držadlo proudnice a kolečko ventilu lahve. Tím se vyvarujeme případnému popálení (přimrznutí) dotykem na prudce ochlazených částech (propojení hadic mezi nádobou přístroje a výstřikovou proudnicí).

**Halogenový hasicí přístroj** je naplněn halogenovým uhlovdíkem. Dobře hasí el. zařízení pod proudem (do 110 kW), kabely, elektromotory, motorová vozidla. Špatně hasí pevné organické látky. Nesmí se používat v malých uzavřených, nevětratelných místnostech. Může způsobit těžké otravy.

**Motorová stříkačka** je přístroj (zařízení) nebo stroj k dopravě vody z vodního zdroje na požářiště. Podle konstrukce se dělí na: přenosnou, přívěsnou a automobilovou, podle ovládnání na ruční a motorovou. Požární motorová stříkačka má čerpadlo poháněné motorem a je vybavena požárním příslušenstvím.

**Přenosná motorová stříkačka** [zkrácené značení PS] je motorová stříkačka s příslušenstvím, které má soustrojí (motor s připojeným čerpadlem) na nosítkách.

176

Výhodou ručních stříkaček je snadná obsluha, dá se jimi usměrňovat proud vody do jádra požáru i na špatně přístupná místa (strop, mezi trámy apod.); hašení je hospodárné, nedochází k promáčení bytových prostorů.

Nástěnný hydrant je vlastně ventil vodovodního potrubí s výtokovým hrdlem pro připojení hadice. Slouží k odběru vody z veřejného nebo požárního vodovodu. Umisťuje se zpravidla v budovách do skříní nástěnného hydrantu, které jsou viditelně označeny.

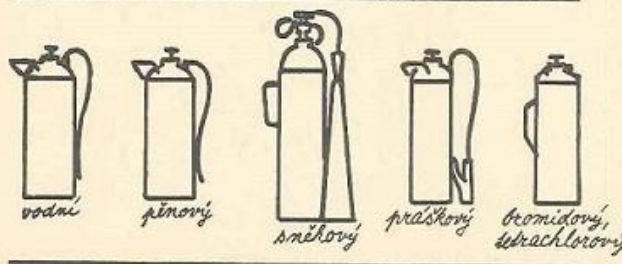
Na veřejných komunikacích se hydranty umísťují na vodovodní nebo požární řád vodovodu pod úrovní cesty. K napojení hadice musíme použít hydrantového nástavce.

Samotnou skupinu mezi jednoduchými hasicími prostředky tvoří ruční hasicí přístroje. Hasicí přístroj je nádoba naplněná hasivem a opatřená zařízením, kterým se přístroj uvádí v činnost. Hasivo je vytlačováno samočinně, a to buď trvalým tlakem, nebo tlakem z tlakové patrony eventuálně tlakem vyvolaným chemickou reakcí. Hasicí přístroje dělíme na ruční a pojezdové.

Ruční hasicí přístroje jsou přenosné a dají se uvést v činnost jednou osobou. Rozdělujeme je podle druhu náplně, která určuje možnost a způsob použití. Jsou to:

**Vodní hasicí přístroj**, který je naplněn vodou s chemickými přísadami zásaditého charakteru. Dobře hasí pevné látky (dřevo, papír, slámu, uhlí ale i lín). Nehodí se k hašení hořlavých kapalin (benzín, ředidla, oleje apod.). Nesmí se použít k hašení el. zařízení pod proudem.

### Hasicí přístroje



175

**Přívěsná přenosná motorová stříkačka (PPS)** je přenosná motorová stříkačka s příslušenstvím v požárním přívěsu. Její zkrácené značení je PPS 12, kde číslo 12 udává výkon čerpadla ve 100 litrech/min., tj. 1200 l/min. Je určena pro požární jednotky v průmyslu a zemědělských závodech a menších obcích, kde jsou k dispozici dostatečné vodní zdroje, na kterých je stříkačka plně závislá. Vlastní stříkačku lze přenášet čtyřmi požárníky. Stříkačka a požární nářadí je uloženo ve dvoukolovém ocelovém přívěsu, který se přepravuje za vozidlem. Hlavní části stříkačky jsou: čerpadlo, motor, plynová vývěva, nosítka, nádrž na palivo a přístrojová deska. K pohonu odstředivého čerpadla je používán upravený benzinový, čtyřdobý, vodou chlazený motor Škoda 981. Plynová vývěva slouží k zaplavení čerpadla vodou. Rám nosítek je zhotoven z ocelových trubek a tvoří ochranný rám pro soustrojí. Nádrž o obsahu 23 litrů paliva (vydrží na 2 hodiny provozu) je umístěna v horní části agregátu. Přístrojová deska obsahuje manometr pro měření tlaku vody z čerpadla, tlakoměr mazacího oleje, teploměr chladicí kapaliny, manovakuumetr, přepínač světel, zkratovací a startovací tlačítka.

**Automobilová stříkačka (AS)** je motorová stříkačka s příslušenstvím, která má čerpadlo poháněné motorem automobilu a skříňovou karosérii upravenou pro přepravu požárního družstva a příslušenství.

**Cisternová automobilová stříkačka (CAS)** je motorová stříkačka s příslušenstvím, nádrží na vodu a pěnidlo, které má čerpadlo poháněné motorem automobilu a kabinu upravenou pro přepravu požárníků. Voda z vlastní nádrže se používá k provedení rychlého (počátečního) zásahu než jsou provedeny přípravy k čerpání vody z vodního zdroje. Cisternové automobilové stříkačky lze při nedostatku vody k hašení využít k dopravě vody na velké vzdálenosti, je-li vodní zdroj (rybník, řeka, požární nádrž) značně vzdálen od požářiště a k dopravě vody by bylo zapotřebí velkého množství hadic a strojů, zřizuje se na základě propočtu doprava vody cisternami (tzv. kyvadlová doprava vody).

U nás vyrábíme dva typy cisternových automobilových stříkaček CAS 25 Škoda 706 RTHP a CAS 32 T 148.

### Vysvětlení zkratk:

CAS — cisternová automobilová stříkačka,  
25 — výkon čerpadla — 2500 l/min.,  
Škoda 706 RTHP — typ podvozku.

177

**CAS 25 Škoda 706 RTHP** je speciální požární vozidlo určené k hašení požáru v místech s nedostatkem vody. Osádku vozu tvoří 8 požárních. Vozidlo má nádrž o obsahu 3000 litrů na vodu a 200 litrů na pěnidlo, takže může hasit požár vodou i pěnou. CAS 25 může hasit i za pohybu otočnou proudnicí, umístěnou na horní plošině nádrže v zadní části, a to z vlastního vodního zdroje (nádrže).

**CAS 32 T-148** je určena k hašení vysoce hořlavých látek, především pak na hašení hořlavých kapalin (chemický průmysl, rafinérie, letiště). Terénní vlastnosti podvozku — velký výkon motoru a čerpadla, značná zásoba vody a pěnidla dávají širokou možnost uplatnění této cisternové automobilové stříkačky. Výkon čerpadla je 3200 l/min., obsah nádrže na vodu 6000 l, na pěnidlo 600 l. Na horní plošině nádrže jsou zabudované dvě otočné proudnice. Osádku vozu tvoří tři požárníci.

**Dopravní automobil** je požární motorové vozidlo se skříňovou karosérií upravenou pro dopravu požárního družstva a přenosné motorové stříkačky s úplným požárním příslušenstvím.

**Pěnový hasicí automobil** je v podstatě CAS, kde je nejméně z 50 % celkového obsahu nádrže pěnidlo. Jako hasiva se převážně používá vodný roztok pěnidla (jako u RHP vzduchopěnových).

**Sněhový hasicí automobil** je požární jednoúčelové vozidlo, u něhož je jako hasivo používán kapalný kysličník uhlíčitý v tlakových lahvích s pákovými ventily, které jsou spojeny s baterií o určitém počtu lahví.

**Práškový hasicí automobil** je požární jednoúčelové vozidlo s jednou nebo několika tlakovými nádobami, kde je jako hasivo používán hasicí prášek a jako tlakový zdroj dusík nebo kysličník uhlíčitý v tlakových lahvích.

**Kombinovaný hasicí automobil** je požární víceúčelové motorové vozidlo utvořené kombinací více než dvou různých hasicích zařízení (např. na vodu, pěnu a prášek).

Požární jednotky k záchraně osob a hašení požárů v dostupných výškách používají některé z následujících prostředků:

178

#### Úkoly jednotlivých členů požárního družstva

Požární družstvo je základní organická jednotka. Sestává z velitele, spojky, strojníka a 6 požárních. Každý člen družstva plní určený úkol podle organizačního zařazení. Členové požárního družstva mají tuto osobní výzbroj: velitel — přilba, pás, ochranná maska, svítilna, radiostanice; spojka (zástupce velitele družstva) — přilba, pás, ochranná maska, radiostanice; strojník — přilba, požární pás, ochranná maska; členové družstva (číslo 1—6) — přilba, požární pás s karabinou a sekerkou, záchrané lano, ochranná maska, čísla 2, 4, 6 mají radiostanice. Všichni členové družstva mají kapsní obvaz a pracovní rukavice.

Velitel požárního družstva velí družstvu, jehož veškerou činnost řídí rozkazy a signály. Určuje stanoviště vozidla, stroje, vodní zdroj, směr a cíl požárního útoku. Při soutěžích přivádí požární družstvo k plnění jednotlivých disciplín, kde hlásí připravenost družstva k plnění disciplíny. Spojka zastupuje velitele družstva v jeho nepřítomnosti. Strojník provádí obsluhu stroje. Všichni členové družstva plní úkoly vyplývající ze cvičebního řádu požárních — technický výcvik.

#### Jednoduché vedení od hydrantu

K hašení větších požárů je třeba použít účinnějších hasicích prostředků. Požárníci v takovém případě tvoří z hadic a ostatního nářadí, kterým jsou vybaveny požární vozy, celou řadu požárních útoků. Tím základním je jednoduché vedení, které se dá tvořit od různých vodních zdrojů. Na tvoření jednoduchého vedení od podzemního hydrantu se podílejí velitel, spojka a čísla 1, 2, 3 a 4, které se vybaví potřebným nářadím, a to: č. 4 — hydrantovým nástavcem a klíčem k podzemnímu hydrantu, nasazuje nástavec na podzemní hydrant, po napojení hadic na výtoková hrdla nástavce jej obsluhuje. Č. 3, 2, 1 a spojka se vybaví potřebným počtem hadic. Číslo 1 je vybaveno navíc proudnicí, kterou napojí na poslední díl hadice a společně s č. 2 hadice rozvinou a spojí.

#### Základní cviky požárních (hadic rozvinout), zásady tvorby dopravního vedení

Rozvinování a svinování hadic jsou základní a poměrně obtížné výkony, a proto jejich nacvičování vyžaduje obzvláštní pečlivost a péči. Správné provádění tohoto cviku je základem celého výcviku při požárních útocích a požárníci v něm musejí získat značnou zručnost.

180

**Požární automobilová vysokozdvíhací plošina** je ohrazená plošina na vysokozdvíhacím kloubovém výložníku s točnou, která je upevněna na rámu podvozku automobilu. Je opatřena suchovodem (potrubím pro dopravu vody) s připojenou otočnou proudnicí a hadicí pro možnost hašení v nepřístupných místech. Může pracovat do výšky 27 metrů.

**Automobilový žebřík** je otočný vysunovací žebřík s hydraulickým ovládním, s několikařadnou žebříkovou sadou na automobilovém podvozku. Využití je shodné jako u vysokozdvíhacích plošin, tj. pro záchranu osob a hašení požárů v dostupných výškách od 30—50 metrů (podle typu žebříku).

Aby požární technika byla vždy připravena k nasazení proti požárům, je třeba ji pravidelně udržovat a ošetřovat. Tyto práce provádějí pouze dospělí strojníci za pomoci ostatních členů požárního družstva, které určí velitel. Co a jak často se má prohlížet a udržovat, stanoví Řád strojní služby požárních jednotek. Při všech prováděných pracích požárníci dodržují pravidla bezpečnosti práce, která jsou stanovena zvláštním předpisem. Mladí požárníci mohou být i zde nápomocni tím, že za účasti dospělé osoby (vedoucího) pomáhají podle svých schopností provádět ošetření požární techniky. Nikdy však nesmí jakoukoliv manipulaci nebo ošetřování požární techniky provádět sami bez účasti dospělé osoby.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Projednejte s velitelem požárního sboru nebo útvaru, nebo na sekretariátě OV SPO návštěvu požární zbrojnice s předvedením některých prostředků požární ochrany v činnosti. Zde je třeba se zaměřit především na jednoduché hasicí prostředky, se kterými by se děti měly naučit zacházet.
- Seznamte se s jednoduchými hasicími prostředky a naučte se s nimi správně zacházet.
- Navštivte si dopravu vody ve větrech „řetězem“ a zacházení s ruční stříkačkou.
- Vysvětlíte proces hoření a hašení.
- Určete, na co a jak se použije určitý RHP (výběr provede vedoucí — instruktor).
- Seznamte se s požární technikou, kterou máte ve vaší obci (návštěva požární zbrojnice).
- Seznamte se s údržbou požární techniky v požární zbrojnici vaší obce.

179

Při nácviu se dbá nejprve na správnost a přesnost, později na rychlost, aby se tak jejich správné provádění mohlo uskutečnit i za ztížených podmínek — při požáru.

Dopravní vedení je hadicové vedení od stroje po rozdělovač. Tvoří se z hadic o průměru 75 mm. Dopravní vedení společně tvoří čísla 2 a 3. Při tvoření vedení je třeba dbát na řádné spojení hadic mezi sebou a napojení hadice na rozdělovač. Pro lepší spojení spojek se používá háčkového klíče.

#### Tvoření přívodního (sacího) vedení

Při tvoření sacího vedení je nutné dodržovat tyto zásady:

- saviče se pokládají od stroje k vodnímu zdroji,
- odnášejí se od vodního zdroje ke stroji,
- spojují se od vodního zdroje ke stroji,
- rozpojí se od stroje k vodnímu zdroji.

Sací vedení tvoří strojník, č. 4, 5 a 6 v zásadách cvičebního řádu — technický výcvik.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Při návštěvě požární zbrojnice se seznámte s organizací a úkoly požárních při výcviku nebo zásahu.
- Popište provedení požárního útoku od hydrantu.
- Navštivte sportovní soutěž požárních družstev a všimněte si, jak se požárníci dorozumívají při zásahu.

#### Předcházení požárům — požární prevence

Ztráty způsobené požáry jsou každoročně vysoké a způsobují našemu hospodářství velké škody. Vedle materiálních ztrát dochází při požárech ke zranění a často i úmrtí osob. Tyto ztráty jsou pro naši společnost nenahraditelné. Proto je lépe požárům předcházet (provádět požární prevenci) než je hasit.

Národní výbory spolu se Svazem požární ochrany ČSSR organizují ve svém obvodu preventivní protipožární prohlídky. Prohlídky zpravidla provádí tříčlenná skupina, ve které je zástupce NV, SPO a odborník (zedník, komíník, elektrikář). Úkolem těchto prohlídkových skupin je pravidelnou prohlídkou domů zjišťovat včas závady, z kterých by mohl vzniknout požár. Vedoucí prohlídkové skupiny seznámí se zjištěnou závadou majitele domu a po dohodě s ním stanoví termín jejího odstranění.

Vlastní prohlídku je nutno provádět systematicky. U obytného domu je nejlépe postupovat od střechy po sklep, potom se zaměříme na garáže, případně další přístavky. Zásadou je, aby závady, které je možno odstranit ihned, byly odstraněny

181

ještě během prohlídky. O prohlídce provedeme trojmo zápis, ve kterém se uvedou zjištěné závady a termín jejich odstranění.

Na střeše budovy zjišťujeme, v jakém stavu je střešní krytina, hromosvody, komíny a zda střešní otvory (světítky) jsou zaskleny.

Na půdě sledujeme, zda na ní nejsou skladovány hořlavé materiály (papír, dřevo, hořlavé kapaliny), tlakové nádoby (propan-butan), jaký je stav komínů (zda jsou hladce omítnuty a neporušeny), zda prostor kolem komína je volný a zda je dodržován zákaz kouření a vstupu s otevřeným ohněm (svíčkou). Dále sledujeme, v jakém stavu je osvětlení půdy a je-li k dosažení klíč od půdy. Při prohlídce komunikací (schodiště, chodby) sledujeme, zda jsou volné a ničím nezastravené. Ověříme si, zda jsou snadno k dosažení klíče od balkonů, neboť tyto prostory jsou evakuačními cestami a zároveň zásahovými cestami jednotek požární ochrany.

V obytné místnosti sledujeme zejména stav a instalaci elektrických spotřebičů, topných těles, kamen na pevná nebo kapalná paliva, jak jsou zajištěny nepoužívané komínové otvory. Tam kde se používají kamna na kapalná paliva (topnou náftu), musíme se zajímat i o to, jak a v jakém množství je nafta skladována. Zde je třeba dodržovat tyto zásady:

— v místnosti, kde je jedno topidlo, smí být skladováno 40 l nafty, a to v kovových 20 l nádobách nejméně 3 m od topidla. Pokud se v bytě topí více topidly (kamny), činí zásoba 20 l na jedno topidlo.

Ve sklepě zjišťujeme způsob ukládání paliva (uhlí, dřevo, nafta). U topné nafty sledujeme, zda způsob a množství ukládaného paliva odpovídá charakteru sklepa a zda palivo není ve sklepě přeléváno. Kromě topné nafty nesmí být ve sklepě ukládány jiné hořlavé kapaliny, kyseliny ani lahve se stlačeným plynem.

Podobným způsobem postupujeme i v přístavcích a garážích.

Na závěr se seznámíme se zásadami instalace topidel na tuhá a kapalná paliva. Ke každému topidlu je výrobcem dodán návod k bezpečné instalaci a používání. Návod k instalaci a používání obsahuje zejména tyto údaje:

- bezpečné vzdálenosti,
- druh prostředí, ve kterém může být spotřebič bezpečně používán,
- pokyny pro bezpečné připojení spotřebiče ke komínu,
- údaje, zda je potřeba spotřebič umísťovat na nehořlavé a tepelně izolující podložce.

182

tabulkami, upozorňováním turistů i stavěním malých zářezek na vodních tocích. Předem se však musíte dohodnout s tím, kdo za to odpovídá — lesníkem, vodohospodářem apod.

Jistě máte rádi přírodu a víte, že je jí potřeba chránit, pomáhat zvířatům, která v ní žijí. Proto pečujte o to, aby se nevyvalovaly meze, nerozdělávaly ohně v lese a nekouřilo se v něm.

Každý mladý požárník, který chce zdárně plnit úkol ochránce našeho majetku před požáry, musí mít tyto základní znalosti:

— Při vzniku požáru najít nejbližší ohlašovnu požárů nebo telefon. Když voláte telefonem, ohlašte své jméno, místo a číslo telefonu, odkud voláte, přesnou adresu místa, kde došlo k požáru a o jaký požár se jedná. Vždy počkejte na zpětný dotaz.

— Voláte-li hlásičem, zůstaňte u něj, abyste udali směr nejbližší cesty k místu požáru.

— Někdy se však stává, že v okolí není ani telefon, ani hlásič požáru. Potom musíte najít dospělou osobu, vše jí ohlásit a ona již musí zaříditi potřebné.

— Abyste toto všechno dokázali, měli byste všichni znát nejbližší ohlašovnu požárů, požární hlásič, vědět, kde je klíč od požární zbrojnice, telefonní číslo veřejného požárního útvaru nebo MNV, stanice první pomoci a okrsku VB.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zorganizujte výtvarnou soutěž „Od čeho nám nejčastěji hoří“.
- Seznamte se, kde je nejbližší ohlašovna požárů, požární hlásič, klíč od požární zbrojnice, jaké je telefonní číslo veřejného požárního útvaru, stanice první pomoci a okrsku VB.
- Vyzkoušejte si při schůzce, co je potřeba dělat při vzniku požáru.
- Přihlaste se na OV SPO ČSSR a zapojte se do ochrany přírody a úrody.

184

- pokyny pro uvedení spotřebiče do provozu a pro jeho obsluhu,
- předepsané palivo, které se smí používat,
- dovolené opravy a seřizení, které smí provádět uživatel,
- upozornění, že spotřebič musí být obsluhován podle návodu.

#### Spotřebiče na tuhá paliva

Topidla na tuhá paliva umístěná na podlaze z hořlavých hmot musí být opatřena nehořlavou tepelně izolující podložkou přesahující její půdorys na straně příkládacího a popelníkového otvoru nejméně 300 mm před otvor — na ostatních stranách nejméně 100 mm.

Spotřáky na tuhá paliva umístěné na podlaze z hořlavých hmot musí být opatřeny nehořlavou podložkou přesahující jejich půdorys na straně příkládacího a popelníkového otvoru nejméně 600 mm před otvor a nejméně 300 mm od bočních hran otvorů na obě strany. Kouřovody musí být sesazeny do sebe po směru tahu a nemí přesahovat délku 3 m. U těchto spotřebičů se nesmí v žádném případě používat hořlavých kapalin k zatápění.

#### Topidla na kapalná paliva

Pokud umožňuje konstrukce topidla plnění paliva do nádrže za provozu, nesmí při naplnění nádrže vzniknout nebezpečí požáru nebo výbuchu a palivo nesmí vytékat mimo prostor topidla. Pro používání topidel je majitel povinen:

- k provozu topidla používat jen takové palivo, které je předepsané výrobcem,
- v případě úniku paliva do sběrné nádrže je povinen okamžitě zastavit provoz kamen, vyčistit nádrž a odstranit závadu,
- uvedení topidla do provozu musí provádět podle návodu,
- topidlo v provozu nesmí být ponecháno bez dozoru,
- poškozené topidlo musí být vyřazeno z provozu a opravu musí provádět závod k tomu určený.

Vy víte, jaké ztráty nám způsobují požáry a jak tyto požáry vznikají. Ale mnoho jiných to neví, a tak je musíte upozornovat a společně s nimi ohlídat náš společný majetek. Zapojte se do požárních hlídek ochrany přírody a úrody. Upozorňujte na základní příčiny vzniku požáru. Jak? Nástěnkami, vývěsními skříňkami, relacemi ve školním a místním rozhlase. Stejně tak můžete pomoci při zajišťování části lesa před požáry, a chránit jej před lidským vandalstvím, ať již vtipnými

183

#### Literatura a film o požární ochraně

K oživení pionýrských schůzek můžeme mnohy velmi dobře využít literatury, televize i filmu. Také o problematice požární ochrany se můžeme dočíst v literatuře popř. o ní zhlédnout zajímavý film.

Mezi knížky, ve kterých se dočtete o požárech, jejich hašení o hrdinství požárníků, ale mnohdy i děti patří např.:

V. Rezáč: Kluci hurá, za ním;

V. P. Borovička: Oheň;

V. Rezáč: Bitva;

J. Čemus: Jezero na vysočině;

J. Š. Baar: Jan Cimbura;

Kolektiv autorů: 100 let dobrovolné požární ochrany;

K. Přibský: Nejzaváhavší noc.

Z filmů to jsou:

Mladí požárníci, Plamen, Chraňte vesnice před požáry, Přijďte mezi nás, Pohádka nebo skutečnost, Kudy mizí milióny a mezi nejnovější patří Mezinárodní soutěž pionýrů — mladých požárníků, a další.

Filmy s požární tematikou, nebo s tematikou požární ochrany a mládež si můžete vypůjčit na všech sekretariátech okresních výborů Svazu požární ochrany v celé ČSSR, kde vám je nejen rádi zapůjčí, ale poradí vám i další, které by vám tuto problematiku mohly přiblížit.

185

## Pečujeme o své zdraví, pomáháme druhým

Chceme žít šťastně, bohatě a spokojeně. Jednou z podmínek splnění těchto našich přání a tužeb je zachování pevného zdraví.

### Zdravotnictví v ČSSR, jeho organizace a výsledky

Právo na péči o zdraví patří k základním občanským právům. Svým počtem zdravotnických zařízení, nemocnic s poliklinikami, počtem lůžek i ambulantních zařízení, počtem lékařů i ostatních zdravotnických pracovníků se řadí ČSSR na jedno z předních míst ve světě. Porážka kapitalistického řádu a vítězství dělnické třídy v roce 1948 vytvořily v naší vlasti podmínky k takovému rozvoji péče a zdraví lidu.

Socialistické zdravotnictví je charakterizováno těmito hlavními znaky:

1. Společenský charakter péče o zdraví. Do této péče patří i činnost hospodářských, státních a společenských organizací v oblasti péče o zdraví, opatření na ochranu a bezpečnost práce, nemocenské pojištění, sociální zabezpečení, uskutečňování široce založené tělesné výchovy.

2. Aktivní účast občanů na péči o zdraví. Vyžaduje od občanů, aby se podle platných zákonů podrobovali povinným vyšetřením a léčením, izolaci a karanténě, asanačním a dezinfekčním opatřením apod.

3. Preventivní zaměření zdravotnictví a jeho vědecký základ. Nejhlouběji jsou zaměřeny na preventivní a dispenzární péči. To znamená, že lékař sám vyhledává nemocné nebo osoby v ohroženém zdravím a stará se o jejich vyšetření a léčení. Cílem této péče je udržet a upevnit zdraví a pracovní schopnosti.

4. Přednostní zabezpečení péče o zdraví některých skupin obyvatel. Do těchto skupin patří ženy v mateřství, předškolní a školní děti, pracující a studující mládež, pracovníci na rizikových pracovištích.

5. Jednota zdravotnictví, bezplatnost a dostupnost zdravotnických služeb. Jednota soustavy a metody práce umožňují všestrannou péči o zdravého člověka, i v době jeho onemocnění. Zabezpečuje se rovnoměrné poskytování kvalifikovaných služeb obyvatelům všech krajů. Zdravotnický pracovník se opírá

o materialistický vědecký názor a je aktivním spoluvůdcem nové společnosti.

Podle hlavních funkcí se zdravotnictví dělí na několik úseků:

1. Zdravotnické služby, tj. — léčebně preventivní péče,  
— hygienické služby,  
— zdravotnická výchova.

2. Zdravotnický výzkum.
3. Výchova zdravotnických pracovníků.
4. Zdravotnická výroba a zásobování.

Posláním léčebně preventivní péče, která tvoří nejrozsáhlejší úsek, je předcházet onemocněním, zabezpečovat léčbu ambulantní i na lůžku, dbát o zásobování zdravotnických zařízení a občanů léky. K tomu účelu zdravotnická zařízení organizují hromadné lékařské prohlídky, očkují děti i dospělé občany proti nebezpečným nakažlivým chorobám a podle potřeby organizují léčbu.

Hygienické služby prověřují a zabezpečují nezávadnost pitné vody, potravin, sledují čistotu vodních toků, ovzduší, dbají o zdravé životní a pracovní prostředí a o ochranu obyvatelstva před ohrožením zdravím nejrůznějšími vlivy.

Zdravotnická výchova, již organizují především ústavy zdravotní výchovy ČSR a SSR a oddělení zdravotní výchovy OÚZ a KÚZ, spočívá především v šíření zdravotnické osvěty ve spolupráci s tiskem, rozhlasem a televizí, se školami a organizacemi Národní fronty, ve vydávání různých brožur, knih a letáků. K správnému zaměření svého působení provádějí tyto instituce průzkum znalostí jednotlivých skupin obyvatelstva.

Zdravotnický výzkum získává a vyhodnocuje poznatky, zabývá se novými léčebnými postupy, pomůckami, nástroji, léky i jejich účinky. Pro výchovu zdravotnických pracovníků slouží lékařské fakulty vysokých škol, střední odborné školy a další typy zdravotnických škol.

Zdravotnická výroba a distribuce ve specializovaných závodech vyrábí potřebné nástroje i složité přístroje, protetiké pomůcky a léky, jež umožňují lékařům a zdravotnickému personálu kvalifikovaně plynulě svěřené úkoly.

Základním článkem pro poskytování zdravotnických služeb je územní nebo závodní zdravotní obvod, pracující v zdravotnickém středisku nebo na poliklinice. V něm obvodní lékař s kolektivem spolupracovníků (dětským, ženským lékařem, stomatologem a s řadou středních zdravotnických pracovníků) poskytuje občanům ambulantní péči, spočívající v ochraně zdraví před chorobami a v léčení nemocných. V okresních a krajských ústavech národního zdraví (OÚZ, KÚZ), jež

jsou vyšším stupněm zdravotnické soustavy, jsou jednotlivé zdravotnické služby rozděleny a mají svoje specializovaná pracoviště (oddělení). Specializovanými zařízeními pro poskytování léčebně preventivní péče jsou odborné léčebné ústavy, např. rehabilitační, mateřské, pro choroby cest dýchacích, psychiatrické a další. K nim patří i lázeňské ústavy, ozdravovny a sanatoria.

Naše zdravotnictví po únorovém vítězství pracujícího lidu a v celém údobí budování a výstavby socialismu dosáhlo významných úspěchů. Byla vybudována rovnoměrná síť zdravotnických zařízení, bezplatná péče je poskytována všem občanům. Největšího pokroku dosáhlo zdravotnictví v péči o matku a dítě. Kojenecká úmrtnost klesla na čtvrtinu proti roku 1948. Zavedením povinného očkování — jako v prvním státě na světě — se podařilo vymýtit dětskou obrnu. Jsou však i nedostatků, které je třeba odstranit. Například je třeba zlepšit a zrychlit ambulantní služby na poliklinikách, zlepšit úroveň záchranné služby, zvýšit počet lůžek pro ústavní léčení apod. Nezastupitelná však je úloha svépomoci, v níž mohou sehrát kladnou roli i dobře připravení pionýři.

### Pokyny k praktické činnosti

- Seznamte se se zdravotnickými orgány vaší obce, města, okresu, kraje a s výsledky jejich činnosti.
- Zapište si do svého přehledu důležitých údajů názvy, jména, adresy a telefonní čísla zdravotnických zařízení, lékařů, členů ČsČK.

### Vznik, organizace a základní úkoly Československého červeného kříže

Červený kříž vznikl jako dobrovolná organizace zdravotní služby v roce 1863. Členové této organizace pomáhali zejména raněným a nemocným vojákům. V tom roce byla na podnět Švýcarska svolána konference, která vypracovala zásady činnosti Červeného kříže. V současnosti platí Ženevské úmluvy z roku 1949. Vycházejí z nedoktnutelnosti a neutrality zdravotních zařízení i personálu, označených červeným křížem. V roce 1919 byla ustavena Liga společnosti Červeného kříže. Nyní sdružuje 84 zemí. Jejím členem je od svého založení v roce 1919 i Československý červený kříž (ČsČK). Každé 2 roky koná zasedání. Jednotlivé organizace tvoří Mezinárodní červený kříž. Působí u nás, v SSSR a dalších socialistických zemích, kde má širokou členskou základnu.

V mírových podmínkách se ČsČK zabývá osvětovou zdravotnickou činností, školí mladé zdravotníky, zajišťuje zdravotnický dozor na veřejných hromadných akcích, získává dárce krve. Za války jsou z jeho řad doplňovány zdravotnické sbory i zařízení, pomáhající vyhledávat, dopravovat a ošetřovat raněné. Zdravotnické družiny, ustavené v absolutní školní ČsČK, působí jako složka zdravotnické služby CO a pracují v oddílech lékařské pomoci, v záchranných útvarcích CO a zabezpečují zdravotnickou pomoc v objektech CO.

### Pokyny k praktické činnosti

- Seznamte se s organizací ČsČK ve vašem okrese a kraji a s činností jeho členů.
- Najděte ve vaší obci nebo v jejím okolí členy ČsČK, poznaňte si jejich adresy.

### Stavba a činnost lidského těla

Věda, která se zabývá skladbou lidského těla, se nazývá anatomie, funkcemi lidského těla se zabývá fyziologie.

Základní stavební částicí našeho těla je buňka. Buňky stejného druhu vytvářejí tkáň, např. tkáň svalovou, pojivou, nervovou. Různé tkáně se pak spojují do složitějších útvarů, jimiž říkáme orgány. Více orgánů tvoří ústrojí, souhrnem ústrojí je lidský organismus.

Nervová soustava je řídicím orgánem všech buněk. Skládá se z řídicího centra — mozku, a míchy, dále z informačních a prováděcích „zařízení“, kterými jsou čidla a nervy. Mezi čidla patří zrak, sluch, čich, hmat a chuť.

Tělo potřebuje k životu kyslík a živiny, které se musí dostat do všech tkání. Musí se také zbavit odpadových zplodin. Tuto činnost obstarává proudící krev.

### Krev se skládá:

- ze směsi tekutin, rozpuštěných bílkovin, živin, solí atd.,
- z červených krvinek, roznášejících po těle kyslík z plic a dopravujících zpět do plic kyslíčnick uhlíčitý,
- z bílých krvinek, pohlcujících nežádoucí součásti krve, jako jsou bacily a bakterie,
- z krevních destiček, které spolu s bílými krvinkami zajišťují krevní srážlivost.

Krev, která má dospělý člověk asi 6 litrů, je po těle rozváděna oběhovou soustavou.

Oběhová soustava představuje tepny, žíly a srdce. Srdce

vhání krev do tepen v pravidelných intervalech — tepech. Těch je u dospělého člověka přibližně 72 za minutu, u dětí poněkud více. Tepny, přivádějící okysličenou krev do tkáně, vedou ke všem orgánům, a drobnější cévami k jednotlivým buňkám. Krev tak přináší celému tělu živiny a látky potřebné k stavbě a růstu. Menšími a většími žilami odvádí krev z těla odpadové zplodiny, které pak zanechává v orgánech, určených k odstraňování těchto látek, jakými jsou např. ledviny. Dále krev pokračuje ve své cestě do srdce a odtud do plic. V nich odevzdává použitý kyslík (kysličník uhličitý) a nabere z plicních sklípků čerstvý kyslík. Tomuto okruhu říkáme malý nebo plicní oběh. Z malého oběhu proudí krev zpět do srdce a velkým oběhem je opět rozváděna po celém těle. Aby byly plice dostatečně zásobeny kyslíkem, musí člověk dýchat.

**Dýchací soustava** je složena z nosu, nosohltanu, hrtanu a plic, obsahujících průdušnice, průdušinky a plicní sklípky.

Vdechme se vzduch dostává do nosu, který jej čistí a ohřívá. Na vlhké nosní sliznici se zachycují součástky prachu, teplota vzduchu se přiblíží teplotě těla. Čistý a teplý vzduch dále postupuje nosohltanem, hrtanem a průdušnicí. Průdušky, které se neustále zužují, přecházejí v průdušinky, jež jsou zakončeny plicními sklípkami. Mezi nimi je velmi tenká stěna, jejíž jednu stranu omývá krev a druhou vzduch. A právě zde přechází do krve kyslík a do plic je předáván kysličník uhličitý, jehož se plice zbavují výdechem. Čím je vdechovaný vzduch čistší a bohatší na kyslík, tím je naše dýchání účinnější.

Kromě kyslíku přináší krev do těla i živiny. Aby se tyto látky mohly dostat ke všem buňkám, musí se potrava rozemlít, zjednodušit. K tomu slouží trávicí soustava.

**Trávicí soustava** zásobuje lidské tělo vodou a živinami. Skládá se z úst, jež potravu přijímají, za pomoci rtů, jazyka a zubů ji rozmělní, zvlhčí, mísí se slinami a posouvají k hltanu. Polykáním se předběžně upravená potrava dostává do jícnu a odtud do žaludku, který ji ještě více rozmělní, promíchá a rozloží trávicími šťávami, působícími především na bílkoviny. Z žaludku potrava putuje po částech do dvanáctníku — první části tenkého střeva. V něm je obohacena o další trávicí šťávy, aby mohla být vstřebána stěnou tenkého střeva do organismu. Strávené složky potravy odebírá ze stěvních stěn krev, nevstřebané části potravy přecházejí do tlustého střeva, v němž jsou zbavovány přebytečné vody a zbytek obsahu střeva se zahušťuje. Tlusté střevo uzavírá konečník, tvořící esovitou smyčku, v níž se zbytky potravy shromažďují v podobě stolice, jež při vyprazdňování odchází fitním otvorem z těla.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Seznamte se na obrázcích se složením lidského těla a s funkcí jednotlivých jeho orgánů. Pokuste se na vlastní těle zjistit uložení kostí, kloubů, tepen, žil. Vyjmenujte orgány jednotlivých soustav, popište jejich význam a činnost.

#### Složky naší výživy

Důležitými složkami pro výživu těla jsou i bílkoviny, tuky, sacharidy, nerostné soli, ale i vitamíny a další látky.

**Bílkoviny** slouží jako materiál pro stavbu tělesných tkání, pro tvorbu hormonů a obranných látek, pro výživu mozku a nervové tkáně. Jsou obsaženy hlavně v mase, houbách, mléku, sojové mouce, kvasnicích, sýrech a ořechách.

**Tuky** jsou nejdůležitějším zdrojem tepelné energie a umožňují vstřebávání vitamínů, slouží i jako zásoba výživného materiálu. Jejich zdroji jsou: máslo, smetana, rybí tuk, rostlinné oleje, ryby, ořechy, máslo, slanina.

**Sacharidy** jsou nejdůležitějším zdrojem pro svalový výkon (pohyb, práce, sport) a energie potřebné pro růst. Jsou obsaženy v řepném cukru, medu, ovoci, třebas i sušeném.

**Nerostné soli** jsou nutné k výstavbě těla a k obnově jeho tkání. Vápník je složkou tvorby kostí a zubů. Je obsažen v mléce, tvarohu, žloutku, luštěninách, ořechách, máku. Železo se podílí na tvorbě krevního barviva. Je obsaženo v luštěninách, ovesných vločkách, játrech a výrobcích z krve. Jód ovlivňuje činnost štítné žlázy. Jeho zdrojem jsou zvláště mořské ryby, rybí tuk, jodidovaná sůl.

Pro předcházení nemocem i pro léčení těch, kteří již onemocněli, mají značný význam vitamíny. Pomáhají při stavbě tkání, zajištění a udržení zdraví, síly a svěžesti. Náš organismus je přijímá ve formě syrových i vařených pokrmů. Nemá-li tělo dostatek některého vitamínu, může to vést k různým nežádoucím následkům.

**Nedostatek vitamínu A** se projevuje poruchami zraku a malou odolností proti infekcím. Je obsažen zvláště v hovězích játrech, natí petržele, pažitce, špenátu, šípkách a v mrkvi.

Při nedostatku **vitamínu B** může zakrnět svalstvo, vzniknout nervové, trávicí a kožní poruchy a poruchy krvetvorby. Vitamín B je několikero druhů. Vitamín B-1 (thiamin) je obsažen nejvíce v sojové mouce, vepřovém mase, hrachu, ovesných vločkách a v pšeničné mouce. Vitamín B-2 (ryboflavin)

Tělo, zásobené potřebnými živinami a kyslíkem, je schopné vykonávat činnost, řízenou nervovou soustavou. Tuto činnost, sestávající z různých pohybů, uskutečňuje pohybová soustava.

**Pohybová soustava** je účelně uspořádaný systém kostí, svalů, chrupavek a vaziva. Kostra, jejíž částí do sebe přesně zapadají, dává tělu hlavní tvary, je oporou svalstva a ochranou vnitřních orgánů. Její první částí je lebka. Ta zapadá do prvního obratle krční páteře, tzv. nosiče. Krční páteř má celkem 7 obratlů, za nimi následuje 12 obratlů hrudních, 5 bederních, kost křížová (je srostlá z pěti obratlů) a 3—4 obratle kostrční. S hrudní páteří je sklobena kostra hrudníku. K ní jsou klíčovými kostmi a lopatkami připojeny horní končetiny. Na kost křížovou se váže pánev a dolní končetiny.

Vlastní pohyb však uskutečňují svaly, jež mají schopnost se zkracovat nebo prodlužovat podle nervových podnětů. Tím je dosahováno ohýbání, natahování či otáčení jednotlivých částí těla nebo stahování či uvolňování různých orgánů. Podle toho, k jaké činnosti jednotlivé svaly slouží, nazýváme je ohýbači, natahovači nebo svěrači.

**Klouby** spojují kosti a umožňují ohýbání i otáčení údů. Chrupavky tvoří jakási hladká ložiska pro uložení kloubních hlavice v jamkách. Vaziva představují pevný obal kloubů a zabránění úniku kloubní tekutiny.

**Žlázy z vnitřní sekrecí** jsou kromě kostí a svalů další složkou našeho těla. Svou činností vylučují do tkáně různé látky, nazývané hormony. Hormony působí jednak na činnost dalších žláz, urychlují látkovou přeměnu v těle a jsou schopny vytvářet nové látky, které organismus potřebuje. Mezi tyto žlázy patří podvěsek mozkový, štítná žláza, brzlík, pohlavní žlázy a slinivka břišní.

Nejdůležitější z nich je podvěsek mozkový, který zasahuje do činnosti ostatních žláz a ovlivňuje vývoj a růst.

Štítná žláza urychluje svými hormony látkovou přeměnu v buňkách. Příštítná tělíska řídí hospodaření těla s vápníkem a fosforem.

Slinivka břišní produkuje hormony, které zasahují do přeměny glycidů. Otylost proto může být jednak projevem přežívání, ale i porušením rovnováhy hormonů.

Pohlavní žlázy vytvářejí mimo pohlavních hormonů také pohlavní buňky. U mužů ve varletu vznikají semenné buňky, u žen ve vaječnicích vajíčka. Hormony těchto žláz mají velký význam i při vývinu a udržování druhotných pohlavních znaků, které působí na rozdílné utváření mužského a ženského těla, růst vousů, chloupků apod.

obsahují sušené houby, hovězí játra, kapusta, petrželová nat, čočka a kravské mléko. Vitamín B-6 (pyridoxin) je zvláště v kuřecím mase, v hovězích játrech, vepřovém mase, ale ve stejném množství i v sušených švestkách a hrachu. Vitamín B-12 (karinoidy) obsahují hovězí játra, ledvinky, makrela, tvrdý sýr a žloutek.

**Vitamín C** je obzvláště významnou složkou. Jeho nedostatek způsobuje krvácivost, nízkou odolnost proti nákazám, jarní únava. Zvýšení jeho dávky pomáhá při léčení mnoha nemocí. Na 100 gramů potravin je obsaženo:

v křenu	200 mg,
v petrželové natí	240 mg,
kopru	100 mg,

Nepostačující přísun **vitamínu D** se může projevit měkčutím kostí, poruchami růstu, usnadnit tvorbu zubního kazu, snížit odolnost proti nákazám. Obsahuje jej zvláště sled, makrela, vaječný žloutek, mléko. Zdrojem vitamínu D jsou i ultrafialové paprsky, které jej vytvářejí v kůži lidského těla.

**Vitamín K**, obsažený v ovoci, zelenině, vnitřnostech, reguluje krevní srážlivost.

Aby naše strava obsahovala všechny výše uvedené vitamíny a ostatní složky, musí být pestrá. Denně by v ní měly být zastoupeny zvláště mléko a mléčné výrobky, maso, ryby, drůbež nebo vejce, tuky (máslo, olej, sádlo), chléb, pečivo nebo jiné výrobky z obilovin, brambory, zelenina, ovoce.

#### Obsah vitamínu C v některých druzích ovoce a zeleniny na 100 gramů váhy

šípky	300—600 mg
černý rybíz	130—220 mg
zelená paprika	120—170 mg
zelí	70 mg
květák	70 mg
citrón	50 mg
pomeranč	50 mg
hlávkový salát	10—50 mg
rajská jablčka	30 mg
jablka	10—35 mg
ředkvičky	25 mg
brambory	20 mg
kyselé zelí	20 mg



### Pokyny k praktické činnosti

- Sestavte jídelníček pro celodenní výlet s bohatstvím vitamínů.
- Připravte oběd, který bude obsahovat všechny hlavní složky, nutné pro člověka.

### Co škodí lidskému tělu

Jak je vidět, je tělo velmi složitým, jemným a citlivým mechanismem, reagujícím na nejrůznější podněty, jež mu buď prospívají, nebo škodí. Prospěšnými jsou zvláště čistota, pohyb, čerstvý vzduch, otužování a posilování, střídmost v jídle i pití. Největší škůdci těla jsou viry, bacily, bakterie ukryté v nečistotě, jemnou tkáň i nervovou soustavu narušuje a oslabuje alkohol, nikotin a zplodiny vznikající hořením (doutnáním), i ty, jež jsou obsaženy ve výfukových plynech automobilů. Tak jako se každý mechanismus ničí nečinností, tak také tělu neprospívá lemošení, zahálka, přejídání a nadměrné pití, naopak je vítáno střídání tělesné a duševní námahy a odpočinku. Pohyb zvyšuje krevní oběh, zlepšuje trávení, posiluje svaly, kloubní vaziva. Proto správně kluci a děvčata jedí vše, vyvarují se pití lihovin, vína, piva, vyhýbají se zakoupenému prostředí, pěstují turistiku, sport, jsou příkladem i svým kamarádům.

I při sebevětší opatrnosti se však může stát, že člověk onemocní. Příčinou infekčních chorob jsou zvláště pouhým okem neviditelné mikroorganismy, jež mohou do těla vniknout vdechováním, dotekem, s jídlem nebo pitím. Přenašečem nákazy však může být i hmyz, zvláště vsudypřítomné mouchy, klíšťata, blechy, vši, ale i myši, zajíci, králíci, kočky, psi a jiná zvířata. Onemocnění se po nauce neprojevuje ihned, ale zpravidla po určité (inkubační) době. U jednotlivých onemocnění je tato doba různá a může trvat od několika hodin až po 3 i více týdnů.

Do lidského těla se mohou mikroby dostávat nejrůznějšími cestami: ústy při jídle, nosem při dýchání, kůží při úrazech, ale i při pouhém bodnutí hmyzem. Při branné činnosti jsme ve větším měřítku vystaveni možnosti styku se zvířaty a bude proto třeba zvýšit ostražitost, aby někdo z nás nebyl postižen některou nemocí, přenášenou na člověka zvířaty (antropozoonozou).

194

z nichž nejběžnějšími jsou chřipka, spalničky, příušnice, ale k nimž patří i velmi nebezpečný tyfus, tetanus, spála, záškrť, zarděnky, úplavice, tuberkulóza, infekční žloutenka a další, se projevují zpravidla zvýšenou teplotou (horečkou), maládností, nechutenstvím, skleslostí, vyrážkou, bolestí hlavy, kloubů, zad nebo jiných částí těla. Při objevení se takovýchto příznaků je nezbytné navštívit lékaře a zahájit léčbu.

### Pokyny k praktické činnosti

- Zhotovte trvalou nástěnku s ukázkou, co lidskému zdraví škodí a co mu prospívá.
- Určujte pro každý den zdravotnickou hlídku (dvojici), která bude sledovat dodržování zásad hygieny, zvláště čistotu rukou, větrání, přezouvání, dodržování zákazů kouření.

### Hygiena duševní, osobní, hygiena prostředí

#### Duševní hygiena

Duševní pochody, za něž je třeba považovat myšlení, vnímání, představy, vzpomínky, nálady, city, snahy, jsou ovlivněny zdravotním a fyzickým stavem, ale mohou naopak přispívat nebo škodit tělesnému zdraví a výkonu. Proto je třeba vytvářet v oddíle, v rodině i ve škole vhodné kamarádké prostředí, odstraňovat rozpory, nenechat bez povšimnutí chlapce nebo děvčata prožívající tesklivé chvíle a starosti. Tyto stavy, jejichž příčinou mohou být spory, neúspěchy, nespíněná přání, strach nebo zklamání se projevují zpravidla zamlklostí, vážností, podrážděným jednáním, bolestmi hlavy, skleslostí, často i nechutenstvím či nespavostí, ve vyrocených případech i zvýšeným pocením nebo dokonce zvýšenou teplotou a podobnými příznaky.

Nepříznivé duševní stavy, trvající kratší dobu, nazývané „psychickou depresí“, nevyžadují lékařskou péči a dokáže je odstranit navození dobrých vztahů, odstranění příčin strachu, rozptýlení a spánek. Lehčí duševní poruchy, jež známe pod obecným názvem „neurózy“, lze léčit různými léky podle rady lékaře. Vážnější duševní poruchy — psychózy, bývají podle svého stupně léčeny dlouhodobě nebo i ústavně, neboť při nich může dojít i k ohrožení života postiženého nebo se může stát svým konáním i nebezpečím pro své okolí.

196

**Tularemie** [zaječí nemoc]. Přenáší se dotykem od drobných i větších hlodavců (myš, veverka, hraboš, zajíc, králik). Příznakem u zvířat je otok hlavy, snížení bojácnosti, pomalost pohybu. U člověka se projevují příznaky nemoci po 2–5 dnech horečkou, tvořením vřidku v místě poranění, zduřením mízních uzlin. Při zjištění je nutno ihned vyhledat lékařskou pomoc.

**Vzteklina** se přenáší škrábnutím nebo kousnutím nemocnými divokými nebo i domácími zvířaty, zvláště liškou, kočkou, psem. U zvířat se nemoc projevuje ztrátou plachosti, zvíře pobíhá bez cíle a napadá jiná zvířata i lidi. Inkubační doba je 12–60 dnů. Projevem nemoci je neklid, poruchy spánku, stavy úzkosti při spatření sklenice s vodou nebo i při zaslechnutí tekoucí vody. Ošetření vyžaduje okamžitou péči pravou postiženého i při pouhém podezření k lékaři. Zvíře, které způsobilo poranění, pokud možno zajistěte a předejte veterináři středisku.

**Červenka** se přenáší poraněním, oděrkami, požitím masa nemocného zvířete nebo kontaminované vody. Inkubační doba je 1–5 dnů. V místě poranění nebo i jinde na kůži se vytvoří světlé červená skvrna, která se šíří do okolí, stoupá teplota. Postiženého je nutno ihned dopravit k lékaři, který stanoví léčbu.

**Blaťácká horečka**, přenesená jakýmkoliv kontaktem s nakaženými hlodavci nebo jimi znečištěné vody se projevuje po 2–14 dnech. Průběh nemoci se podobá chřipkovému onemocnění, tedy bolí hlava, nakažený má pocit vyčerpanosti. Onemocnění je krátkodobé, k ošetření postačí klid na lůžku a podávání antibiotik podle lékařské rady.

**Klíšťová encefalitis** se přenáší nejčastěji klíštětem. Proto po příchodu z lesa vždy pečlivě prohlédneme celé tělo. Zakousnuté klíště se nepokoušejte odstranit pinzetou nebo nehty, neboť by mohlo dojít k jeho přetržení a jeho část by zůstala v těle. Na klíště naneste silnější vrstvu mastného krému a po chvíli jej krouživým pohybem doleva odstraňte. Příznaky onemocnění se projevují po 7 až 14 dnech poruchami spánku, prudkým vzestupem horečky, silnými bolestmi hlavy, zvracením. Po zjištění těchto příznaků je nutno setrvat na lůžku a přivolat lékařskou pomoc.

Bránit se však musíme všem nemocem. Nahromadí-li se v těle velké množství mikrobu, nestačí je bílé krvinky zneškodnit a člověk onemocní. Zvláště snadno podléhá nemoci tělo nedostatečně otužilé, s nedostatkem vitamínů, zesláblé únavou, nevyspáním nebo špatně živěné. Infekční choroby,

195

### Osobní hygiena

Možná, že si v létě některý pionýr zavýskne „Hurá, jedeme do tábora. Nebudou žádné máminy dotěrné dotazy na čistotu rukou a zubů.“ Jenže takhle uvažuje jenom nezkušený táborník, nebo docela hloupý kluk nebo holka. I v táboře přece zůstáváme civilizovanými lidmi. Pro dobrý pocit a pohodu se nezapomeneme každé ráno osprchovat nebo alespoň umýt studenou vodou, vyčistit si zuby, učešat se. Také nehty na rukou a na nohou patří k našemu tělu a neošedíme je o naši péči. Na rukou stříháme nehty do obloučku, na nohou rovně, aby nezarástaly do „masa“.

Abychom se nepodobali shrbeným stařečkům a babičkám, navykne si držet správně tělo při chůzi, ale i při psaní, čtení. K tomu si procvičujeme několikrát za den správný postoj. Při něm je hlava vzpřímena, brada mírně přitáhena ke krku. Lopatky tiskneme vzájemně k sobě, ramena zůstávají volně spuštěna, rozložena do šířky. Nohy stojí rovnoběžně, mírně od sebe, těžiště váhy přeneseme více na špičky. Při sezení nevysunujeme jedno rameno, neohýbáme záda, neopíráme hlavu o ruku. Nesedáme na jednu nohu, sledujeme, aby naše páteř byla stále rovná.

Jistě se většina dětí těší na letní tábor, na výpravy a výlety. Jsou pramenem nového poznání, legrace, veselých příhod a nečekaných dobrodružství. Aby nám zůstaly ve vzpomínkách jen hezké chvíle a nepřešla bolest odřených nohou, puchýřů či jiných nepříjemností, naučme se, jak jí předejít. Než vyrazíme na cestu, dáme si do pořádku především obuv. Nejlepší je pevná, kožená (pionýrky, pohorky). Nakrémuje je, aby ve vlhkém terénu nepropouštěly vodu, sportovní obuv napustíme olejem. Boty musí být dostatečně velké, aby do nich bylo možno obout jedny baviněné ponožky (sají pot) a jedny vlněné, které chrání nohy před otlačky. Oboje dobře srovnáme, aby netvořily záhyby a nemačkaly.

Lenoši a pohodlníci se často vymlouvají, že osobní hygienu nemohou plně dodržovat pro únavu nebo nevhodné prostředí. Právě oni by si měli vzít příklad z našich i sovětských partyzánů, kteří i v těžkých válečných podmínkách, v horách, lesích, bažinách, v horku i v mrazu pečlivě dbali na čistotu. Známý sovětský velitel partyzánského oddílu Sidor Artěmovič Kopycký zřídil v lese dokonce i saunu, v níž se rád osvěžili po namáhavých pochodech a bojích. Praní prádla, mytí a koupání, péče o nohy a dobrý zdravotní stav byly u partyzánů neméně důležitou činností.

Náš zdravotní stav a tělesnou krásu poškozují i různé zlo-

197

zvyky, k nimž patří mimo jiné okusování nehtů, nesprávné sezení s vybočenou pávní, ohýbání páteře, konzumování potravin po večerním vyčištění zubů a další.

#### Hygiena prostředí

Po návratu z výletu, i když jsme unaveni, nespomeneme na vyvětrání klubovny, pokoje či stanu, na čistotu a pořádek. Jako každý jiný den vytřeme podlahu vlhkým hadrem. Nepotřebné věci neházíme pod sebe se slovy „tam se toho vejde“, ale do koše na odpadky. Stoly a židle po sobě utřeme, své osobní věci řádně uklidíme. Špinavé prádlo necháme vyvětrat, pak je uložíme do koše nebo pytle k ostatnímu prádlu, připravenému k praní. Čisté prádlo pěkně uložíme, srovnáme, ponožíme, které chceme vzít druhý den, večer přepereme a pověsíme. Těchto několik rad zdaleka nevyčerpává všechny potřeby a možnosti, ale budeme si pamatovat, že v čistém, vyvětraném prostředí a ve vypraném prádle se bacilům dobře nedaří, naopak špína, nepořádek, zatuchlé prostředí jsou přímo lhostejnými choroboplodných zárodků. Nejvhodnějším prostředím pro náš pobyt, hry a zábavy je les, zásadně se vyhýbáme zakouřeným místnostem a místům se zvěřeným prachem.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Prohlédněte si nehty všech pionýrů vašeho oddílu a ukažte, které jsou správně ostříhané, které okousané, které špinavé. Prohlídku opakujte, pochvalte ty, kteří se poučili.
- Předvedte správný postoj a sezení, současně ukažte hlavní chyby, jichž se někteří pionýři dopouštějí, upozorněte je na možné následky.
- Najděte v některé knize o partyzánech epizodu o tom, jak se zabývali hygienou a zdravotnickou prevencí.

#### Pravidla bezpečnosti

Příčinou našeho onemocnění a všech strastí, které s ním souvisejí, nemusí být pouze nemoc, způsobená mikroby. Mnoho vážných a nenahraditelných škod na zdraví způsobují úrazy, jimž je třeba předcházet při všech hrách, zaměstnáních a veškeré činnosti doma, ve škole, v klubovně, na táboře, v tělocvičně či na hřišti.

Základem bezpečnosti je přísné udržování pořádku a pravidel bezpečnosti při zacházení s nejběžnějšími prostředky.

198

#### Pokyny k praktické činnosti

- Prohlédněte vaši klubovnu a její okolí, zjistěte, které věci by mohly být příčinou úrazu nebo vzniku nemoci, odstraňte je.
- Vytvořte dvoučlenné hlídky, které budou podle plánu pátrat po nebezpečných místech a upozorní na ně, nebo je označí.
- Předvedte správný způsob krájení chleba, masa, ovoce, zapalování plynu a další činnosti v kuchyni.

#### Ošetřování nemocných

I při veškeré opatrnosti se může stát, že některý z vás onemocní a bude upoután na lůžko. Nemá-li nemocný umístěn na ošetřovně, v nemocnici nebo v jiném zařízení, kde se o něho starají lékaři a zdravotníci, musíme mu sami pomáhat. V místnosti, kde nemocný leží, dbáme na zvýšenou čistotu a pořádek. Abychom mu alespoň trochu zpříjemnili jeho neradostný úděl, staráme se o úpravu lůžka. Srovnáme prostěradlo, aby netvořilo záhyby, které nepříjemně tlačí. Potí-li se nemocný, vyměníme mu častěji prostěradlo a převlékneme spodní prádlo. Místnost pravidelně větráme. Nedoporučuje-li lékař čerstvý vzduch, větráme nepřímo tak, že otevřeme dveře do druhé místnosti, kterou jsme předtím důkladně vyvětrali. Nemocnému pravidelně měříme teplotu, hodnoty zapisujeme, což umožňuje lékařům přesněji stanovit diagnózu. Dále se řídíme pokyny lékaře a nemocnému podáváme léky tak, jak on stanovil.

Běžné léky, jež obsahuje domácí nebo přenosná lékárníčka, můžeme podat kdokoli, zná-li jejich použití. Děti se však vždy obrátí na dospělého. Svými znalostmi ale mohou pomoci při správném užívání léků. U většiny léků je přiloženo poučení. Tablety i kapky, nestanoví-li lékař jinak, podáváme zpravidla po jídle. Léky nedržíme v ústech, ale co nejrychleji polykáme a zapijeme dostatkem vody (alespoň 5 doušků). Kapky odpočítáváme čistým kapátkem, které je k léku přiloženo. Kapky se užívají se lžící vody, na kostce cukru, bohatě se zapijí. Nepoužívejte léků starých nebo těch, které jste našli v rozsypané či v neoznačených skleničkách a krabičkách. Mohlo by dojít k záměně s tragickým následkem. Doba použitelnosti je zpravidla vyražena nebo vtištěna na jejich obalu. Po projití příslušné doby ztrácejí některé léky účinnost nebo mohou

200

V kuchyni odkládáme odpadky do koše a neponecháváme je na pracovním stole nebo na zemi, kde bychom po nich mohli uklouznout. Při krájení nožem nebo propíchnutím potravin vedeme ostří nebo špičku nože tak, aby nesměřovala proti vlastní ruce nebo jiné části těla. Při nahlížení pod pokličky zdviháme pokličku hadrem („chňapkou“), a nepřiblížíme obličej k hrnci, aby nás neopařila pára. Elektrické přístroje (mixéry, vařiče, šlehače, žehličky, lampičky apod.) obsluhujeme zásadně suchými rukama, vypínačů a zásuvek se mokrými rukou nedotýkáme. Při zapalování plynového hofáku nejprve rozškrtáme zápalku, pak plyn pustíme a ihned zapálíme. Oheň pod tlakovým hrncem zmírňujeme, aby ventil pouze lehce syčel.

Podobně zacházíme s nářadím a pomůckami v dílně, v klubovně či v jiném prostředí. Díltem, vrtáčkem, pilkou a jinými nástroji pracujeme vždy „od sebe“, aby při selhání nebo při dokončení práce nás nezasáhla ostrá část nástroje. Při broušení, sekání, vrtání a dalších pracích, při nichž odletávají třísky, špóny, piliny nebo jiné drobné částičky, si chráníme oči brýlemi. Kotoučové pily, brusky a vrtačky používáme vždy s ochrannými kryty, prsty nepřiblížíme k ostří těchto nástrojů, ale materiál přisunujeme pomocí špalíků nebo jiných pomůcek.

V tělocvičně používáme pouze nářadí, které je v naprostém pořádku. Cvičení musí být organizované, řízené vedoucím, pro doskok používáme žíněnky, bezpečné cviky provádíme se záchranou, již nám poskytne vyškolený cvičitel.

Chcete-li pomoci při zabránění úrazů, všimněte si také nebezpečných věcí, odstraňujte je nebo na ně upozorněte. Příčinou nebezpečných úrazů mohou být například vyčnívající dráty, poškozená zábradlí, trčící třísky, plechy, ostré kameny, rozbité sklo, ale i hluboké výmoly na silnici, padající omítka a další. Zvláště při výběru místa pro tábořiště dbejte na čistotu prostoru, odstraňte z něj skleněné stěpy, plechovky, ostré kameny. Označte nebezpečná místa, zabezpečte nezávadnou vodu pro pití, nepřipusťte znečišťování okolí. Vhodné prováděnou prevencí se vám jistě podaří podstatně snížit nebezpečí úrazu nebo onemocnění, a tak pomůžete k tomu, abyste se vy sami i vaši kamarádi mohli radovat z pěkného prostředí a z práce.

199

i škodit. Aby nedošlo k předčasné ztrátě kvality léků, uchovávejte je v suchu, chladu a temnu.

Kapky do očí se vpraví kapáním do vnějšího nebo vnitřního koutku, mast do oka se vetře nanesením na vnitřní okraj odtáhnutého víčka. Na pokožku se masti nanášejí stěrkou ze dřeva nebo z umělé hmoty a nestanoví-li to výslovně lékař, do pokožky se nevtrájí.

#### Vybavení lékárníčky a zdravotnické brašny

Při práci doma, v dílně, právě tak jako na výletě i při vši opatrnosti se nám může stát, že se poraníme. Proto je třeba mít vždy po ruce nezbytné pomůcky, které ukládáme buď do domácí lékárníčky, nebo do zdravotnické brašny. Většina bude shodná a půjde zvláště o:

- Kramerovu dlahu,
- trojcípý šátek,
- sterilní obvaz,
- peroxid vodíku, jodosol,
- pružné obinadlo,
- leukoplast,
- vatu,
- acylpyrin,
- teploměr, nůžky, spínací špendlíky, zápisník.

Vybavení brašny by měl vždy pro jednotlivé případy posoudit lékař nebo alespoň zdravotník.

Trojcípý šátek je určen k upevnění znehybnujících prostředků, k ochránění obvazů, k obkladům, k zavěšení postižené paže apod.

Kramerova dlahu se dá dobře tvarovat. Používáme jí k znehybnění zlomenin. Před upotřebením je nutno ji vypodložit vatou, kterou k dlaze připevníme obvazem.

Sterilní obvaz se přikládá na otevřené rány.

Peroxidu vodíku (lidově kyslíčnicku) použijeme na očištění okolí rány nebo na výplach povrchní rány. Svým šuměním vyplaví z rány cizí tělíska (písek, škváru) a ránu tak očistí.

Jodosolu se používá na potření rány při bodnutí hmyzem, nebo na očištění okolí rány podobně jako peroxidu vodíku. Pružné obinadlo slouží k stažení kotníku nebo jiného kloubu při podvrtnutí.

Leukoplast upevníme konce obvazu, aby se nerozvazoval. Vaty využijeme k očištění okolí rány nebo k vypodložení dlahy apod.

201

Acylpyrim se podává při nachlazení nebo při bolestech hlavy.

Teploměrem změříme nemocnému teplotu. Před použitím se však musí rtuť nebo lžh důkladně sklepat na hodnotu pod 36 stupňů.

Zápisník s tužkou obsahuje na první straně adresu nejbližšího zdravotnického střediska, jeho telefonní číslo, adresu a telefonní číslo požárního útvaru, adresu a telefonní číslo SNB, případně návod k použití jednotlivých léků. Do zápisníčku se zaznamenávají veškerá poranění, která byla ošetřena. Uvádí se jméno ošetřeného, hodina poranění, jeho druh, příčina, způsob ošetření a podpis toho, kdo ošetření provedl.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vybavte svou klubovnu lékárníčkou, naučte všechny pionýry používat prostředků v ní uložených.
- Posbírejte všechny léky doma, ve škole, stanovte dobu jejich účinnosti a na léky s prošlou lhůtou upozorněte rodiče a učitele.

#### Poskytování první pomoci

Ani při největší opatrnosti se nevyvarujete drobných poranění při pobytu a pohybu v terénu a občas může dojít i k větším nehodám. Dobře připravený pionýr si však musí vždy umět poradit.

Při bodnutí vosou, včelou, ovádem, komárem, mravencem nejprve vytlačíme jed z rány, pak vpich potřeme jodoselem a přiložíme studený obklad. Ránu nikdy neškrábeme, neboť bychom do ní mohli занést infekci. Při bodnutí do krku, jazyka nebo obličej vyplachujeme ústa studenou vodou, aby nedošlo k otoku, a tím k dušení. Zajistíme okamžitý odvoz k lékaři.

Stržený mozol (puchýř) ošetříme tím, že okolí rány dezinfikujeme kyslíčným nebo jodoselem, na ránu lehce přiložíme sterilní obvaz.

Ušknutí zmijí zabezpečíme stažením končetiny šátkem (femenem, vázankou, fáčem) nad ránou. Podáváme hojnost tekutin, omezíme pohyb postiženého. Rychlý odvoz k lékaři je nezbytný!

Cizí těleso v oku (prach, řasu, mušku) odstraníme tím, že nakapeme do oka čistou vodu, která nečistotu odplaví. Jinak

202

- provádíme protišoková opatření (zásada „5 T“),
- ošetříme znehybněním zlomeniny,
- ošetříme popáleniny,
- ošetříme omrzliny a provádíme další potřebná opatření.

Krvácení můžeme rozdělit na 2 základní druhy. Krvácení žilné, kdy krev z rány volně vytéká a je tmavě červená. Při tomto krvácení není život bezprostředně ohrožen, ošetříme jej přiložením tlakového obvazu.

Krvácení tepenné je typické tím, že krev většinou z rány pulsuje a je jasně červená. Při tomto krvácení je ohrožen život a může být také příčinou šoku. Proto po zastavení krvácení zachováme zásadu 5 T. Zástava tepenného krvácení se provádí: a) přímým stlačením tepny (tepnu stlačíme prsty přímo v ráně). Tohoto způsobu používáme při poranění tepny krční a podklíčkové; b) stlačením v tlakovém bodě. V tomto případě tepnu stlačíme ke kosti, přiložíme tlakový obvaz. Nepodaří-li se takto zastavit krvácení, použijeme škrtidla. K tomu však je třeba znát tlakové body (viz obrázek str. 205).

Krční tepna (krkavice) se při krvácení hlavy, dutiny ústní nebo horní části krku stlačuje proti páteři.

Podklíčková tepna se při krvácení z ramene, podpaží, horní části paže stlačuje proti prvnímu žebru.

Při krvácení z horní končetiny možno stlačit pažní tepnu proti pažní kosti.

Krvácení z podbříšku se zastaví stlačením břišní srdečnice. Krvácení z dolní končetiny zastavíme stlačením stehenní tepny.

Přes všechna opatření se však může stát, že postižený ztratí značné množství krve, jež je pro život člověka nenahraditelná. Mnozí lidé by museli zemřít, kdyby lékaři neměli po ruce jakési konzervy s touto životně důležitou tekutinou.

O to, aby zvláště v nemocnicích, ale i ve vozech rychlé lékařské pomoci byla dostatečná zásoba krevní plazmy, o to se zaslouží především dobrovolní dárci krve. Jsou to dospělí uvědomělí občané, kteří se rozhodli darovat třebas i několikrát svou krev proto, aby druhým lidem zachránili život.

Odběr krve je organizován pod přísnou zdravotní kontrolou, takže nemůže dojít k poškození dárceva zdraví. Krev mohou darovat pouze zdraví, dospělí lidé, a to v takovém množství, které tělu neškodí. Dárcovství krve je projevem vysoké uvědomělosti a lásky k lidem.

Při zástavě dýchání — zjistíme-li, že zraněný nedýchá, položíme ho na záda, hlavu mu otočíme na stranu a prstem mu vyčistíme ústa. Pak mu vrátíme hlavu do původní polohy a

všicko obrátíme přes sirku a růžkem jemného kapesníku nebo obvazu předmět lehce odstraníme.

Klíště, jež na svém těle objevíme zvláště po výletu do listnatého lesa, neodstraňujeme trháním nebo dlobábním. Je-li již zakousnuté, potřeme jej mastným krémem nebo ajatínovou tinkturou, která zamezí přístup vzduchu ke klíštěti a zároveň ránu dezinfikuje. Klíště se udusí a samo odpadne nebo se dá lehce sejmut.

Při krvácení z nosu postiženému zakloníme hlavu a na kořen nosu, do týla a na krční cévy přiložíme studený obklad.

Namožení svalů může vzniknout při delším pochodu v chladném počasí nebo při běhu, chůzi či prudkém pohybu. Postiženého položíme, znehybníme a přikládáme studené obklady.

Svalová křeč se projeví stažením a ztvrdnutím svalů a výraznou bolestí, nejčastěji v lýtku. Často pomůže vzepření nohy o tvrdou podložku (napnutí svalů) a lehké pozvolné povolování. Jinak se snažíme sval uvolnit, zahřívát, lehce jej masírujeme.

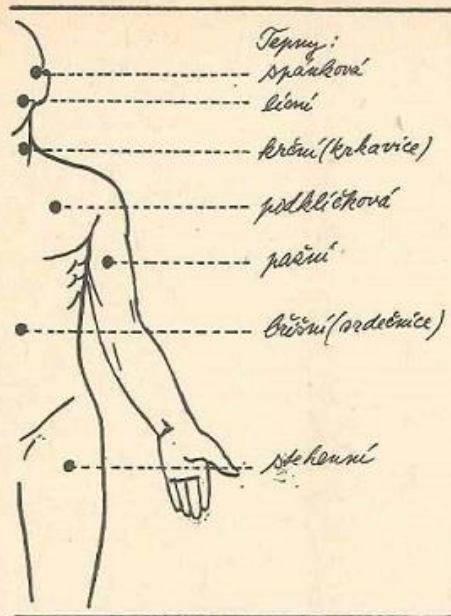
Úpal vzniká celkovým přehřátím těla. Postižený je bledý, má sucho v ústech, potí se, dělá se mu mžitky před očima. Uložíme jej do chladu, uvolníme oděv, přiložíme studené obklady, podáváme studené nápoje. Zajistíme jeho odsun a klid na lůžku.

Úžeh může dostat ten, kdo se vystavuje dlouhému a prudkému slunečnímu záření. Postižený má bolesti hlavy, zarudlou oteklou kůži, žížeň, je mu nevolno, může i zvracet. Uložíme jej do stínu, uvolníme oděv, podáváme hojně chladných nápojů, přikládáme studené obklady. V těžších případech zajistíme odsun a klid na lůžku.

Mdloba je krátkodobá ztráta vědomí. Postiženého nezvedáme, necháme jej na zemi, neboť by mohl dojít k pádu. Provedeme autotranzfúzi tím, že zvedneme jeho dolní končetiny, aby s tělem svíraly pravý úhel. Postižený během 2–3 minut procitne. Podáváme silný čaj.

Při poskytování první pomoci nesmíme podlehnout panice. Zachováme-li klid, zjistíme zpravidla snadno příčinu poruchy, provedeme opatření, aby nedošlo k dalšímu poškození zdraví. První pomoc poskytujeme podle svých schopností. Neodborným ošetřením bychom mohli místo pomoci ještě více uškodit. Má-li poškozený více zranění nebo máme-li poskytnout pomoc většímu počtu lidí (např. při autohavárii), ošetříme vždy nejprve zranění ohrožující život. To znamená především zastavit tepenná krvácení, při zástavě dechu zahájit okamžitě umělé dýchání. Při dalším ošetření dodržujeme tyto zásady:

203



Hlavní tlakové body

hodně zakloníme. Dolní čelist posuneme směrem nahoru a dopředu. Klečíme přitom u hlavy postiženého.

Samotné dýchání obnovíme tím, že přiložíme ústa na ústa postiženého (má-li ústa poraněna, můžeme je z estetických důvodů překrýt kapesníkem) a hluboce do nich vydechne. Potom ústa oddálíme a postižený sám vydechne. Vdechnutí postiženému musíme provádět 10–15krát za minutu. V dýchání vytrváme až do příchodu lékaře, nebo do té doby, než postižený začne sám dýchat.

Při zástavě krevního oběhu — v některých případech např.

204

205

při tonutí, je třeba neprodleně zahájit i nepřímou masáž srdce. Postiženého položíme zády na zem nebo na jinou tvrdou podložku a poklekne na levé strany jeho hrudi. Pravou dlaň položíme na dolní polovinu jeho hrudní kosti, druhou ruku položíme dlaní napříč. Bez pokrčení paží stlačujeme celou váhou těla nárazovitě kolmo proti páteři hrudníku postiženého (prsty se nedotýkají hrudníku). Stlačování a uvolňování provádíme v rytmu přibližně 70–80 pohybů za minutu (frekvence tepu) u menších dětí (pod 7 let) bude frekvence rychlejší (asi dvakrát za sekundu) a tlak poněkud menší (postačí jedna ruka).

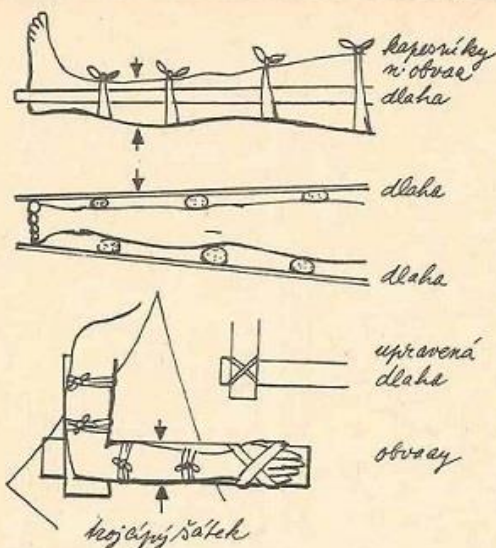
#### Protišoková opatření

Po úrazu, opaření, popálení, krvácení a po velkém úleku může vzniknout u postiženého šok. Projevuje se bledostí nebo namodralostí kolem úst, chladem povrchu těla, rozšířenými zorničkami, může dojít i k bezvědomí.

Postiženého uložíme a dodržíme zásadu „5 T“, to znamená:

- Teplotu, které zajistíme přikrývkou, pláštěm, přenesením do vyhřáté místnosti.
- Ticho, vykázaním křiklounů, zmatkařů, zvědavců, uzavřením oken a dveří.
- Tekutiny, které podáváme vlažné, a tak, aby se postižený nezalykal.
- Transport zabezpečíme přivoláním záchranné služby, lékaře nebo požádáním projíždějících řidičů o pomoc.

#### Dýchání z úst do úst



#### Dlahování

Popáleniny vznikají zpravidla při neopatrném zacházení s ohněm a rozpálenými předměty při přípravě stravy, údržbě ohně, ale i při zasažení elektrickým proudem, bleskem nebo při autohaváriích. Podle stupně zasažení tkáně může vzniknout:

I. stupeň, který je charakteristický zčervenáním a otokem kůže. Takovéto popáleniny ošetříme lékařským líhem a přikryjeme sterilním obvazem. Nikdy je nepoléváme vodou, nemažeme žádnými mastmi ani nepoužíváme zásypů.

II. stupeň již způsobuje puchýře, jež mohou i prasknout. Rány přikryjeme sterilním obvazem, postiženého položíme a provedeme protišoková opatření, podle zásady známých „5 T“.

– Tíšení bolesti, jež provádíme za pomoci chladných obkladů a léků, zvláště alnagonu, alginy, eunalgitu, sedoloru, veralginu, nebo alespoň acylpyrinu.

Zvláště při sportu často dochází k podvrtnutí kloubu. Projevu se bolestí a otokáním. Končetinu znehybníme, přiložíme studený obklad (octan hlinitý), stáhneme pružným obvazem.

Vymknutí kloubu, jehož příznakem je omezená pohyblivost končetiny, značná bolestivost a otok, ošetříme přiložením studeného obkladu a znehybněním. Kloub stáhneme pružným obvazem a zajistíme klid na lůžku.

V horších případech může dojít ke zlomení kosti. Příznakem je deformace údu, patologická pohyblivost, bolest, otok. Zlomenou končetinu znehybníme v kloubu nad zlomeninou i pod ní. Improvizované dlahy (prkno, hole od lyží, větev), které by příliš tlačily, musíme podložit látkou, vatou nebo jiným měkkým materiálem.

Vážným úrazem je poranění páteře. Příznakem jsou poruchy hybnosti končetin. Postiženého se nesaháme narovnávat, zvedat, převracet, neboť zlomený obratel by mohl přerušit míchu, a tak přivodit okamžitou smrt. Zraněného přikryjeme teplým oděvem, aby neprochladl a uplatníme metodu „5 T“, k zabránění šoku. Ošetření a transport přenecháme lékařům, do jehož příchodu zabráníme jakékoliv manipulaci kamarádů se zraněným.

Příznakem poranění hlavy bývá zvracení, bezvědomí, poruchy dýchání. Při bezvědomí zajistíme volnost dýchacích cest. U otevřených poranění zastavíme krvácení. Nikdy však nestavíme krvácení z ucha, ale krev necháme volně vytékat, postiženého uložíme do „stabilizované polohy“. Je-li hlava poraněna, ránu ošetříme a přiložíme obvaz. Aby na hlavě dobře držel a nebránil sluchu, zraku a čichu, můžeme použít několika způsobů, podle místa zranění.

Velmi bolestivými následky různých kopnutí, úderů a pádů při sportu bývají pohmožděniny svalů. Projevily se pouze modřinou, nevyžadují zpravidla zvláštního ošetření. Objevily se však pokračující podlitiny na hlavě, hrudníku nebo na břiše a podbřišku, je nutno bezodkladně vyhledat lékařskou pomoc. Pohmožděniny svalstva rukou a nohou mohou způsobit zvláště dočasnou omezení pohyblivosti údu, provázené bolestí, trvající po několik dní. K rychlejšímu odstranění pomohou některé masti (např. heparoid), k utišení bolesti pak běžné tablety (analgetika). Postižená místa se stáhnou pružným obvazem, jež je možno dočasně nahradit i ručníkem, kapesníkem nebo jiným podobným materiálem.

Při poranění elektrickým proudem nejprve vypneme elektrický proud, vyprostíme raněného. Zkontrolujeme dech, tep a stav vědomí. Při zástavě dechu často srdce zdánlivě nepracuje. Proto ihned zavedeme umělé dýchání, případně masáž srdce a protišoková opatření až do příchodu lékaře. Nejsou-li poruchy činnosti srdce a dechu, jde pouze o úlek. Zhoršení stavu postiženého zabráníme protišokovými opatřeními.

Poleptání může nastat při domácím úklidu nebo při výtvarné práci, kdy zacházíme s kyselinami (kyselinou solnou) nebo s louhy. Postižené místo je nutné co nejrychleji opláchnout tekoucí vodou. Po opláchnutí ještě umyjeme postižené místo mýdlem. Byla-li pokožka poleptána louhem, posypeme ji jedlou sodou (kyselý uhličitán sodný) a přikryjeme sterilním obvazem. Postiženého ihned dopravíme k lékaři. Místo potřísněné kyselinou naopak potřeme navlhčeným mýdlem.

Omrzliny mohou vzniknout při zimním sportu zvláště na odkrytých částech těla (nos, uši, brada, ruce) nebo na méně prokrvených místech (např. prsty u nohou). Příznaky jsou podobné popáleninám I. a II. stupně. Postiženého uložíme do teplé místnosti. Omrzlou část (I. stupeň) ponoříme do 37 stupňů teplé vody (přibližná teplota našeho těla). Po osušení kryjeme ránu sterilním obvazem. Postaráme se o celkové zahřátí raněného a zabezpečíme transport k lékaři.

Běžně dochází k jednotlivým úrazům, nehodám a poškození zdraví. V některých případech, jakými mohou být zvláště požáry, výbuchy, rozsáhlé dopravní nehody (železniční nebo autobusové srážky), však dochází k hromadným a kombinovaným zraněním. V takových případech je zvláště třeba zabránit panice, navodit klid, organizovat vyprošťování raněných, jejich ošetření a odsun. K zabránění panice často nepostačí jen vlídné slovo, ale je třeba z místa nehody odvést ty, kteří paniku šíří, zabránit pohledu na mrtvé, shromáždit raněné schopné pohybu na odlehlém místě a organizovat svépomoc a poskytnout první pomoc ve správném pořadí. Po vyproštění raněných je třeba především zastavit velké krvácení, uvolnit dýchací cesty a zavést umělé dýchání u těch, kteří jsou v bezvědomí. U všech organizovat protišoková opatření. Vedle první pomoci budeme organizovat odsun do nemocnice za pomoci dosažitelných dopravních prostředků (kolemjedoucí automobily, ale i káry, kočárky apod.) i přesun k místu nakládání. Zde nám pomohou zvláště improvizované prostředky (vleky, nosítka), ale i přeprava na rukou nebo na vlastních zádech. S těmi, u nichž lze podle příznaků předpokládat poranění páteře, nebudeme hýbat, znehybnění kon-



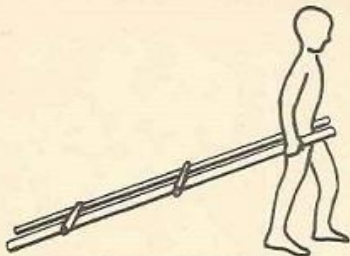
Znehybnění páteře a stabilizovaná poloha

četin ponecháme až jako jedno z posledních opatření. Rozhodujícím však bude včasné přivolání lékařské pomoci s použitím telefonu nebo spojky.

Při požárech v objektech dbáme zvláště na uvolnění východů a organizovaný odchod, při němž musí být dána přednost dětem, starým a nemocným lidem se sníženou pohyblivostí, matkám a ostatním ženám. Účinným lékem proti panice je především dobrá organizace hasičích prací s použitím všech dostupných prostředků a všech schopných osob. Zachráněné odvádíme do neohroženého prostoru, kde organizujeme ošetření ran a popálenin.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte vyřazovací soutěž jednotlivců, při níž každý odpoví na zadanou otázku a současně sám položí otázku o poskytování první pomoci následujícímu účastníkovi. Kdo na otázku správně neodpoví, je z dalšího průběhu soutěže vyřazen. Finalisté pak soutěží v praktickém znázornění první pomoci podle úkolů, zadaných vedoucím oddílu.
- Uspořádejte ukázkou první pomoci pro ostatní oddíly vaší pionýrské skupiny.
- Vyzkoušejte svou schopnost nahmatat hlavní tlakové body k zástavě krvácení.



Indiánský vozík k dopravě raněného

#### Úprava lůžek, nosítek, doprava nemocných a raněných

Poskytnutím první pomoci, ba ani lékařským ošetřením péče o raněné a nemocné nekončí. Zvláště při pobytu v letním táboře nebo při putování je třeba se řádně postarat o uložení nebo dopravu raněných a nemocných.

Nemocného s infekční chorobou, není-li nutné ponechat jej v nemocnici nebo v jiném léčebném zařízení, především izolujeme od ostatního kolektivu, aby nedošlo k rozšíření nákazy. Lůžko ponecháme běžně upravené, při potížích dýchání (rýma, zahlnění) podložíme vrchní polovinu těla. Vyvarujte se však pouhého podkládání hlavy, čímž se násilně ohýbá páteř, bolí záda, zhoršuje se dech. Zvláště při horečnatých onemocněních dbejte, aby se teplota vzduchu v místnosti pohybovala od 18 do 22°, aby však bylo v místnosti vždy vyvětráno. I při pobytu ve stanovém táboře budou mít nemocní zvláštní stany, svoje jídelní příbory, lůžka budou upravena tak, aby nepřiléhala ke stěnám a budou dostatečně podložena — izolována — proti chladu od země.

Při přesunu nemocných nebo raněných přihlídneme především k charakteru nemoci nebo poranění, abychom postiženému nepůsobili zbytečnou bolest nebo nezhoršili jeho stav. Při lehčích poraněních končetin, při nevolnosti, krvácení z nosu apod., postačí doprovodit postiženého, případně mu poskytnout oporu. Není-li raněný schopen vlastního pohybu a je-li jeho váha menší než naše, můžeme jej nést na zádech. I těžšího ka-

#### Obvazy a jejich použití

Při první pomoci se zpravidla bez obvazu neobejde, stejně jako bez sluníčka při opalování. Proto bývá uložen ve všech druhých lékárníčkách. Ale neumí-li s ním zacházet, je ti platný asi tolik jako medvědovi automobil.

Pro různá ošetření je obvazový materiál různě upraven. Nejčastěji se setkáme s **kapesním obvazem**, v němž po roztržení nepromokavého obalu najdeme sterilní obinadlo s tlakovým polštářkem. Poslouží nám zvláště pro zástavu krvácení, polštářek pomáhá stlačovat poškozenou žílu nebo tepnu.

Na drobnější poranění, zvláště řezné a bodné rány nebo stržené puchýře, se nejlépe hodí **náplastové obvazy**, jež jsou rovněž připraveny ve sterilních obalech (SPOFAPLAST) nebo je snadno zhotovíme přiložením kousku sterilní gázy, jež leukoplastí přilepíme na poraněné místo. Nikdy se však nedotýkáme rukama místa, jež přikládáme na ránu.

Nejběžnějším a nejjednodušším obvazem je obyčejné **mulové obinadlo**. Nesmíme si je však plést se sterilní gázou. Nikdy jej nepřikládáme přímo na ránu, ale použijeme je k připevnění (ovázání) gázy, k připevnění dláhy, k zaškrtnení tepny na neporaněném místě nebo k zavěšení končetiny.

**Pružného obinadla**, jež rovněž není sterilním, používáme k ovázání kotníku či jiného kloubu, nebo k stažení svalů, zápěstí apod. Dá se použít i k autotransfúzi při mdlobě, způsobené značným úbytkem krve v mozkové tkáni. Provádí se tak, že ležícímu na zádech zdvihneme ruce i nohy do vyšší polohy a ovážeme pružným obinadlem.

**Trojčepého šátku** používáme zvláště k zavěšení paže, ale dá se využít i k přidržení větších obvazů na hrudi či pánvi, k zaškrtnení tepny nebo k zhotovení improvizovaných nosítek.

Základní způsob vázání obvazů jste si již osvojili v předchozích státech. Obecně si však budeme pamatovat, že mimo „škrtdel“, která mají zabránit tepennému krvácení, musí být obvazy uvázány sice pevně, úhledně, ale tak, aby nebránily proudění krve, nezpůsobovaly otoky a otoky.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Procvičte obvazování všech částí končetin (prstu, zápěstí, předloktí, lokte, kotníku, lýtky, kolena).
- Seznamte se s různými druhy obvazů a obinadel.

maráda přesuneme na menší vzdálenost, podložíme-li ho pláštěm, přikrývkou nebo stanovým dílcem, na němž jej vlečeme. To je možné zvláště na sněhu, v terénu s vysokou trávou, nebo na půdě pokryté jehličím. Hodí se i „indiánský vozík“, upravený tak, abychom zraněného mohli posadit nebo položit a zabezpečit ho provazem, řemenem nebo jiným způsobem proti pádu.

Více zvládneme ve dvojicích. Místo nosítek můžeme použít například prkna, vysazeného křídla dveří, žebříku, tyčí. Na tyto předměty vždy upevníme měkkou podložku (plášť, přikrývkou, prostěradlo), tyče zabezpečíme vzpěrami proti propadání. Při vynášení z těžko přístupných míst můžeme raněného přemístit tažením na oděvu. Jeho rukávy se prostrčí řemenem nebo provazem a raněného táhneme za sebou. Nosítka se dají připravit i ze dvou pytlů a dvou tyčí. Pytle pouze navlečeme na tyče. Na kratší vzdálenost lze raněného přenést na spojených pažích dvojice, je-li při vědomí a může se držet zachránce kolem krku.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Předvedte úpravu lůžka nemocného.
- Uspořádejte soutěž v přepravě raněného dvojicemi zachránců.
- Uspořádejte přehlídku dobrých nápadů pro přepravu a uložení nemocných a raněných.

#### Odsun raněného



## Ochrana proti zbraním hromadného ničení (ZHN)

Nejnebezpečnější skupinou ZHN jsou zbraně atomové. Při jejich výbuchu působí na člověka tlaková vlna, světelné záření, pronikavá radiace a radioaktivní zamoření.

Tlaková vlna může způsobit poškození plic, pohmožděliny, zlomeniny a nejrůznější poranění od padajícího zdiva nebo vržením těla proti pevným předmětům.

Světelné a tepelné záření, které síce trvá jen několik sekund, ale je několikanásobně intenzivnější než záření sluneční, poškozuje zrak, zapaluje, působí popáleniny na pokožce. K popálení může dojít i od horkých předmětů.

Pronikavá radiace, způsobená zvláště paprsky gama, proniká zčásti i různými materiálem a působí rozpad buněk v lidském organismu.

Druhá radiace, způsobená zvláště při pozemních úderech radioaktivním spadem a vyzařováním paprsků alfa, působí ještě mnoho hodin a dní v okolí atomového výbuchu a je zanášena větrem do vzdálenosti mnoha kilometrů, kde se postupně její účinek ztrácí. Na lidský organismus působí zvláště při vdechování prachu, doteku zamořených předmětů, při jídle, pití a kouření, neboť těmito cestami pronikají jemné částičky do těla a usazují se zvláště v štítné žláze, v kostech a plicích.

Proti tlakové vlně, světelnému a radiačnímu záření se bráníme především ukrytím v krytech, sklepích, vojáckých v tancích a obrněných transportérech. Nelze-li využít krytu, zaléháme do příkopu nebo za jakoukoliv terénní vlnu s hlavou v opačném směru výbuchu. Obličej kryjeme pažemi, holé části rukou vsuneme pod paže. Vyvarujeme se úkrytu v místech, kde lze předpokládat pád zdí, stromů nebo jiného materiálu. Následkům světelného záření však zabrání i tenká stěna, která nepropouští světlo. Proti pronikavé radiaci nás ochrání zemina, zdivo, beton, voda a jiný materiál, který její účinek zeslabuje. Proto se vojáci kryjí v zákopech, ale třeba i za pouhou hromádkou země. Účinkům druhotné radiace lze zabránit především tím, že v zamořeném prostoru nesnímáme ochrannou masku, neotvíráme okna a dveře, nevíříme prach (prašná půda se kropí), nejíme a nepijeme. Po změření úrovně radiace v okolí, což je práce hlídek radiačního a chemického průzkumu, je možno na jejich pokyn vyjít ze zamořeného prostoru.

Zranění, způsobená tlakovou vlnou a světelným zářením, ošetřujeme stejně jako ostatní zlomeniny, pohmožděliny, spáleniny. Postižené se snažíme především chránit před dalším

vdechováním radioaktivních látek a vyvést nebo vynést je ze zamořeného prostoru.

Po vyjít provedeme částečnou nebo úplnou hygienickou očistu. Při částečné hygienické očištění, kterou můžeme provést sami třeba i improvizovanými prostředky, vyklepeme oděv, tampony (vatou, hadry) nemočenými v čisté vodě otfeme obličej a ruce, vypláchneme oči, ústa, nos, vyčistíme nehty a podle možnosti se umyjeme mýdlem, jež z mastné pokožky uvolní radioaktivní částičky. Očistu provádíme vždy tak, aby vítr nezanášel prach zpět na nás nebo na kamarády. Použité tampony a hadry se ukládají do předem připravené jámy, která se nakonec zahrne zeminou. Znečištěnou vodu vlijeme rovněž do této jámy, aby nedošlo k zamoření okolí. Mokrými tampony otfeme i zbraň a jiné prostředky a pomůcky, které jsou zamořeny a nelze je odložit nebo zničit. Větší předměty (např. automobil) očistíme alespoň na těch místech, jichž se musíme dotýkat.

Při úplné hygienické očištění a dezaktivaci se kromě toho zcela převlékneme, vykoupeeme nebo osprchujeme a dozimetrickými přístroji (např. intenzimetrem) změříme, zda naše zamoření pokleslo pod určenou mez.

Druhým největším nebezpečím pro náš život a naše zdraví jsou **bojové otravné látky**. Podle svého účinku se dělí na látky nervově paralytické, zpuchýřující, dráždivé, fyzicky a psychicky zneschopňující. Do organismu vnikají podle svého druhu vdechováním nebo pokožkou.

Nervově paralytické látky způsobují potíže v dýchání, pocit sevření hrudi, nevolnost, poruchy vidění, bolest hlavy a očí, zvracení a pocení, při těžké otravě i křeče. Ochranou proti těmto látkám je ukrytí v plynotěsných místnostech (krytech), použití ochranné masky, pláštěnky, rukavice, přezůvek a rychlé opustění zamořeného prostoru.

Látky zpuchýřující pronikají do organismu kůží, jejich páry i vdechováním. Příznakem otravy je pálení pokožky, řezavá bolest, slzení, otok víček, při vdechnutí par škrábání v krku, kašel, chrapt, při požití otrávené potravy bolesti žaludku, břicha, nevolnost a zvracení. Ochranou je zvláště ukrytí před postříkem a zachování podobného režimu jako při pobytu v prostředí, zamořeném radioaktivními látkami.

Látky dráždivé (slzotvorné, dráždivé horní cesty dýchací) se projevují pálením očí, slzením, bolestí, kýchním, kašlem, zvracením. K omezení jejich účinku postačí ochranná maska nebo i namočený šátek (kapesník), přiložený k nosu a ústům. Nebezpečnějším druhem této skupiny jsou látky dusivé, způsobující

pálení v nose, nosohltanu, zrychlení dechu nebo i selhávání krevního oběhu. Ve válečných podmínkách se uplatňují i látky všeobecně jedovaté, např. kyanovodík, který je síce velmi nebezpečný, ale rychle vyprchává.

Látky fyzicky a psychicky zneschopňující jsou novodobými prostředky, které způsobují ospalost, únavu, zrychlení srdeční činnosti, zvyšují tělesnou teplotu, způsobují bolesti hlavy, svědění, zasažený člověk může ztrácet rovnováhu, orientaci, může mít halucinace apod. Ochrana proti nim je obdobná jako proti ostatním dráždivým látkám.

Zápalné látky jsou většinou různé směsi ropných produktů (napalm), plastické náplně (pyrogel) nebo kovové prostředky (termit, elektron), či bílý fosfor. Proti jejich zasažení je třeba se bránit ukrytím, při zasažení co nejrychleji odstranit hořlavou látku, popáleniny ošetřit běžným způsobem.

Protože lze někdy obtížně rozeznat druh otravné látky, platí následující obecné zásady pro poskytnutí první pomoci:

Postiženého rychle vyvedeme nebo vyneseme ze zamořeného prostředí. Nemá-li chráněnou obličej, nasadíme mu okamžitě ochrannou masku, neboť dýchacími cestami postupuje otrava dvacetkrát rychleji než zaživačím ústrojím.

Při dýchacích potížích zahájíme okamžitě dýchání z plic do plic, dbáme přitom, aby výdech postiženého nezasahoval naše vdechovací orgány. Umělé dýchání provádíme třebas i několik hodin.

Oči, zasažené inhalačními otravami, vyplachujeme čistou vodou, nebo roztokem číslo 3 z osobního protichemického balíčku.

Po použití zamořených potravin nebo vody podáváme jakékoliv čisté tekutiny v maximálním množství, čímž dojde ke zředění otravné látky, zeslabení jejího účinku. Dráždivým krku prsty, lžící, řemítkem apod. se snažíme vyvolat zvracení, se kterým z těla vyjde i značná část otravných látek.

Kůže se nejvíce poškodí tam, kde není chráněna šatstvem, nebo je-li zamořené šatstvo na těle delší dobu. Zamořené šatstvo co nejrychleji svlečeme, zasažená místa a posléze celé tělo omyjeme důkladně vodou a mýdlem.

Při zasažení novodobými otravnými látkami dochází zpravidla k celkové otravě. První pomocí je použití antidot, jež jsou uložena v protichemickém balíčku.

K částečné hygienické očištění osob zasažených bojovými otravnými látkami, k přípravě bakteriologicky nezávadné vody a k ošetření rány je určen **osobní zdravotnický balíček**, který obsahuje:

- polystyrénovou krabici,
- ampulí s roztokem číslo 1 (menší),
- ampulí s roztokem číslo 2 (větší)
- lahvičku s kapátkem a 100 ccm vodného roztoku číslo 3,
- papírový sáček s chloraminem B,
- skleněnou rourku s pantocidem,
- nulové tampóny (10 kusů),
- mýdlo,
- sterilní obinadlo,
- kovové bodce,
- návod k použití.

Při zasažení kapalnou otravnou látkou použijeme balíček následovně:

- suchým tampónem odsajeme kapky otravné látky;
- použitý tampón zahrabeme do země;
- kovovým trnem propícheme ampulí číslo 1, namočíme v ní další tampón a potřáeme zasažené místo asi 2 minuty, pak je osušíme čistým tampónem (přitom dbáme, aby tato kapalina nepřišla do očí),
- do víka nasypeme obsah sáčku a smícháme s obsahem ampule číslo 2. V tomto roztoku namočíme další tampón a potřáeme zasažená místa nejméně 5 minut. Ani tento roztok nesmí přijít do očí),
- zasažené místo nakonec omyjeme čistou vodou a mýdlem. Nemáme-li čistou vodu, použijeme roztoku číslo 3,
- roztokem číslo 3 vypláchneme oči, nos, ústa, zbytkem ostatní choulostivé části těla.

K přípravě nezávadné vody používáme pantocidu, jehož tabletu rozpustíme ve ¼ litru vody a 5 minut protřepáváme. Po 30 minutách je voda způsobilá k pití.

### Ošetření osob, zasažených bojovými biologickými prostředky (BBP)

Ze zbraní hromadného ničení jsou BBP nejzákeřnějšími, neboť se velmi obtížně a zdlouhavě prokazuje jejich přítomnost. Nejčastěji se dá pouze předpokládat jejich použití podle druhotných znaků, jakými jsou zvláštní obaly leteckých pum, větší seskupení hmyzu, hlodavců nebo členovců, aerosolový oblak po přeletu letadel nebo po dopadu granátu či rakety.

Pro ochranu proti BBP platí zásady důsledné hygieny. V prostředí, v němž byl zjištěn výskyt BBP zásadně nejíme, nepijeme, zbytečně se nedotýkáme různých věcí, vyvarujeme se zvláště styku se zvířaty, hmyzem, nasazujeme ochranné masky, pláštěnky, rukavice a přezůvky, v prostředí se zbytečně

nezdržujeme a sledujeme, zda se u některého z příslušníků našeho kolektivu neprojeví příznaky choroby, jimiž bývá nejčastěji horečka, zvracení, průjem, nechutenství, vyrážka, bolesti hlavy a jiné. Takové případy je třeba ihned hlásit lékaři. Nemocné jednotlivce izolujeme od ostatních, u skupin, které mohly být nakaženy se provádí observace (pozorování), při onemocnění většího počtu osob se vyhlašuje karanténa. Léčení musí určit lékař na základě zjištění druhu a stavu onemocnění. V napadeném prostředí se pak provádí dezinfekce, spočívající v úklidu, větrání, spalování odpadu po ošetření nemocných, a zbytečných věcí, s nimiž nemocní přišli do styku, zehlení a vyvařování prádla (20–30 minut), ozařování ultrafialovými paprsky (sluncem, lampou). Používá se i chemických přípravků, zvláště chlorového vápna, roztoku formalínu, ajatínu, lyzolu a dalších prostředků, u nichž bývá zpravidla uveden návod. Jinými účinnými prostředky se ničí také hmyz a hlodavci, kteří nakažou roznášejí.

**Vynášení a přeprava raněných** — po poskytnutí neodkladné první pomoci se zranění odsunují na bezpečné místo. Odsun se provádí pěšky, nejčastěji na zdravotnických nosítkách, pomocí různých improvizovaných prostředků nebo jenom na rukou či na zádech, s čímž jsme se již seznámili v předchozí části. Tohoto způsobu můžete použít i při hrách nebo při pomoci zraněným na vycházkách, při sportu a soutěžích.

#### Péče o zdraví ve vojenské službě

Vykonávat vojenskou službu, připravit se k obraně vlasti a zajišťovat její bezpečnost v míru, to je čestnou povinností každého občana. Je to odpovědná práce, a proto také naše společnost dbá na to, aby vojáci při výkonu této služby byli všestranně zabezpečeni. K tomu patří v neposlední řadě i péče o jejich zdraví.

Aby nedošlo k poškození zdraví chlapců, kteří nastupují vojenskou službu, je každý z nich podroben odvodnímu řízení, jehož součástí je lékařská prohlídka a posouzení schopnosti k výkonu vojenské služby. Po nástupu k útvaru je položen hlavní důraz na prevenci proti onemocnění. Proto jsou vojáci očkováni proti různým nakažám, je dbáno na jejich přísnou osobní hygienu i hygienu prostředí. Strava je před každým výdejem kontrolována lékařem, vojáci se pravidelně myjí, koupají, místnosti jsou větrány, prádlo se společně vyměňuje.

Dojde-li přesto k onemocnění vojáka, pečují o něho lékaři a zdravotníci, podle potřeby jsou vojáci léčeni na dobře zařízených a vybavených ošetřovněch. Vážnější úrazy a onemocnění

jsou léčeny ve vojenských nemocnicích, kde pracuje řada věhlasných odborníků. V nutných případech jsou vojáci bez rozdílu hodností a funkcí odesíláni do Ústřední vojenské nemocnice v Praze, která je vybavena i pro léčení nejsložitějších případů. Nejednou již přistál v blízkosti nemocnice i vojenský vrtulník, který sem dopravil vojáka ze vzdálené posádky k záchraně života.

Proto jsou naši vojáci zdraví, urostlí, silní a otužilí. Vojenská služba jim pomáhá nejen k doplnění řady technických znalostí a dovedností, ale i k získání síly, obratnosti a pevných návyků v péči o vlastní zdraví.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zaveďte si při společném pobytu v táboře „vojenský režim“, jehož součástí je pravidelné mytí, otužování, větrání, úklid a vzorný pořádek.
- Seznamte se prostřednictvím místní vojenské správy s péčí o zdraví posluchače vojenské školy.

## Pěstujeme tělesnou zdatnost

### Ranní cvičení a otužování

Organismus člověka je uspořádán k všestranné činnosti a je schopen přizpůsobovat se prostředí, ve kterém člověk žije. Proto také člověku pohyb a tělesná i duševní aktivní činnost prospívá, naopak bez ní organismus slábne, ztrácí svou přizpůsobivost a schopnost. V současnosti, kdy většinu lidí velmi zaměstnává duševní činnost, mnoho hodin ztrácíme sezením ve škole, doma, mají proto neobyčejný význam tělesná cvičení a otužování.

Nezákladnějším a pravidelným cvičením by se měly stát **ranní rozvíčky**. Jejich cílem je otužovat organismus, rozvíjet a zlepšovat zdraví, urychlit přechod od spánku k plné aktivitě, rozproudit krev, rozvíjet pohyblivost všech částí těla, svalů i kloubů, přispět k posílení, získání nebo udržení obratnosti, rychlosti a vytrvalosti a v neposlední řadě pomoci v pěstování pevné vůle a duševní svěžesti.

Cvičit je třeba v lehké ústrojí (trenýrky, v zimě tepláky) a obuvi (tenisky, kecky). Rozvíčku řídí vedoucí nebo pověřený instruktor, všichni cvičí společně a dbají povelů a pokynů vedoucího. Cvičení v trvání 10–15 minut musí mít logickou skladbu.

**V první, úvodní části**, trvající 3–5 minut, je třeba rozproudit krev, prohřát a zvládnout svaly. Zařazujeme proto rychlou chůzi, běh, poskoky, obraty, dřepy, poskoky na místě. Za chladného počasí tuto úvodní část prodloužíme nebo její prvky vkládáme i do druhé, hlavní části rozvíčky.

**V druhé, hlavní části**, již věnujeme 8–10 minut, procvičíme všechny partie těla, počínaje hlavou a konče prsty u nohou. Cviky nemusí následovat podle částí těla, ale budou zahrnovat zvláště kroužení hlavou, horní částí trupu, boky, protahování bočního svalstva, předklony, záklony, švihy rukou i nohou, dřepy, kilky, vzpory a další. Po procvičení všech partií rozvíjíme obratnost formou přeskoků cvičenců, prolézání, kotouly přes cvičence, dřepy ve dvojicích. Každý cvik opakujeme několikrát.

**Sílu** rozvíjíme cvičením s břemeny, přetlačováním nebo přetahováním ve dvojicích, přenášením cvičenců na ramenou, na zádech, ručkováním, šplhem, shyby na hrazdě nebo na větvi.

**Rychlost** získají pionýři při rozvíčce startem a během na krátkou vzdálenost 15–20 m, závodivými hrami družstev (obíhání cvičence, předávání míče, štafety), překonáváním překážek na rychlost, závody „trakařů“, „žabiček“ a dalších. Rychlostní cviky vždy zakončujeme hlubokým dýcháním s volnými předklony, dlouhými vdechy v mírném záklonu a upažením, a prudkými výdechy.

Třetí, závěrečné části rozvíčky věnujeme zbytek času. Jejím smyslem je uvolnit svalstvo, vyrovnat dech, odstranit případnou únavu, připravit pionýry na další denní činnost. Zařazujeme proto do ní chůzi s hlubokým dýcháním, protřepávání rukou, nohou, chůzi s nenamáhavými prvky, podle předchozí únavy i pomalý běh nebo pochod se zpěvem a pokřikem.

Jednotlivé cviky je třeba vybírat a přizpůsobovat podle prostředí, v němž rozvíčku provádíte. V tělocvičně využít nářadí (kopa, hradla, kůň, lavice) v terénu zvláště stromů, větví, napjatého lana, příkopů a dalších terénních předmětů. V každém případě však dbejte na bezpečnost, používané předměty (větve, lávky, padlé stromy) sami vyzkoušejte, aby jejich zlomením, převrácením nebo kluzkostí nedošlo k úrazu.

**Otužování** je možné provádět se zdravými pionýry a sledovat je v průběhu celodenní činnosti. Začít je možno již u ranní rozvíčky, kde nepřipustíme nadměrné teplé oblečení nebo doporučíme v průběhu rozvíčky teplejší části oděvu postupně odložit. Po rozvíčce se pionýři krátce omyjí studenou vodou, nejlépe v potoce, utřou do sucha, a pak teprve oblékají. Při hrách, pochodech i závodech rovněž dbejte na správné oblečení, jež je možno po zahřátí, avšak před zapocením, odložit. Otužování napomáhá nejen dostatek pohybu na čerstvém vzduchu, ale i koupání, spaní při otevřených oknech. U mnoha pionýrů budete muset osobním příkladem i dalšími důkazy odstranit nesprávné názory, které děti získaly radami starších lidí, zatížených předsudky.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Organizujte na začátku každé činnosti v přírodě krátkou rozvíčku. V jejím vedení postupně vystřídáte všechny pionýry.
- Před každou hrou, výletem, pochodem, předvedte nejvhodnější oblečené a obuté pionýry.
- Veďte přehled o účasti jednotlivců (družin) na rozvíčkách, výsledky zveřejněte na nástěnce.

## Cvičíme v tělocvičně i v přírodě

Pravidelná cvičení zbavují člověka tělesné i duševní únavy, napravují škody, způsobené na naší tělesné schránce jednotlivými zaměstnáními (např. sezením) a udržují naše tělesné zdraví a duševní svěžest. Proto cvičíme v zimě i v létě, za sucha i mokra, v horkých dnech i v mrazu. Dovoluje-li to počasí, dáváme přednost tělesné přípravě venku na čerstvém vzduchu, nevyhne se však ani použití tělocvičny, která má naopak výhodu vzhledem ke své vybavenosti nářadím a cvičebními pomůckami.

Právě tak, jako ranní rozcvička, má i cvičební hodina své zákonitosti. První fází je tzv. **přípravná část**, v druhé — **hlavní část** rozvíjíme pohybové, volní a speciální vlastnosti (sílu, vytrvalost, rychlost, obranost a odvahu), třetí — **závěrečná část** je zaměřena na uklidnění. Náplň jednotlivých částí se řídí jednak podle cílů, kterých chceme cvičením dosáhnout, jednak podle prostředí a pomůcek, které máme k dispozici.

Každá cvičební hodina musí začít rozcvičením (přípravná část), která se příliš neliší od ranní rozcvičky. Cvičí se za pohybu, nejlépe v kruhu. Chůzí a běh zpestřujeme skoky, přeskoky, překonáváním překážek, které připravíte z tělocvičného nářadí (podlážení koně, přeskok lavičky, žíněnky), v přírodě pak využijte padlých kmenů, nízkých keřů, úvozů, potůčků. Na pohybové cviky navazuje cvičení postřehu. Nejjednodušším je provádění určitého cviku (dřep, leh, sed, skok) na písknutí, jiného cviku na tlesknutí, rychlé předávání míče apod. Po rozpočítání na první a druhé, mohou rozdílné cviky provádět za sebou běžící pionýři. Dohé přípravné části patří i cvičení prostná a cvičení ve dvojicích. Při nich se procvičují dolní i horní končetiny (kmity, kroužení, výpony, přednožování, předpažování, uonožení, upažení apod.), trup (předklony, základy, kroužení trupem, otáčení, přednožení v sedu a další). Cvičení je pestřejší, cvičí-li dvojice. Méně obratní a pružní jednotlivci se tak přizpůsobují vyspělejším kamarádům. Přípravná část může zahrnovat i cvičení s míči, činkami, kužely, švihadly, tyčemi, cvičení na žebřících, v přírodě pak cviky u kmenů stromů, padlých kmenů, s kameny a dalšími předměty.

Hlavní část cvičení může být velmi různorodá, podle vytyčeného cíle.

Při nácviku síly a silové vytrvalosti dbáme na výběr prostředků, odpovídajících věku a vyspělosti pionýrů. Zvláště u mladších pionýrů nepoužívejte často silových prvků, zátěže volte mírné, série cviků by neměly přesahovat počet 10, odpočinek mezi sériemi cviků bude delší než u pionýrů starších.

222

### Pokyny k praktické činnosti

- Zpracujte několik variant tělocvičných hodin, ověřte pak zájem pionýrů. Nejlepší cvičence vyhlase, uveřejněte na nástěnce.
- Připravte cvičební hodinu pro prostředí, v němž budete s pionýry trávit schůzku. (Les, voda, zimní krajina apod.). Pověřte pionýry vedením jednotlivých částí.

### Základní postoje, obraty, povely a hlášení

Každý kolektiv, chce-li být organizovaným, akceschopným celkem, řídí se určitými zásadami, pravidly a má také vedoucí a organizátory. Je tomu tak i v pionýrských skupinách, oddílech a družinách. Aby si jejich členové dobře rozuměli a jednotně postupovali, řídí se sestavou přesně stanovených úkonů a pohybů na určitá slova. Těmto slovům říkáme povely, úkonům pak pořadové cviky, jež zahrnují postoje, obraty na místě i za pochodu, zaujímání tvarů. O splnění stanovených úkolů, o přítomnosti, připravenosti, počtech nebo o jiných situacích pak dávají jednotlivci nebo vedoucí kolektivů hlášení, jež mají rovněž stanovenou formu. Povely musí být hlasité, rázné, dříve se klade na první slabiku, u povelů, skládajících se ze dvou slov, na výkonný povel (druhé slovo). Ten, kdo velí nebo podává hlášení, stojí vždy v pozoru. Činnost při povelích vypadá takto:

**POZOR** — Na místě zaujmout stoj spatný, ruce jsou připraveny, prsty sevřeny mírně v pěst s nepokrčeným palcem, hlava vzpřímená. Za pochodu jsou nohy napjaty, špičky se tlačí k zemi. Cvičící našlapují celým chodidlem, ruce zdvíhají v rytmu kroku do výše pasu.

**POHOV** — Při povelu, vydaném na místě chodidla se nepohybují, jedna noha poklesne v kolenně, ramena se uvolní, pionýři však nehovoří, sledují činnost vedoucího. Za pochodu nohy dopadají volně, ruce se mírně pohybují v rytmu kroku, rytmus kroku se nemění.

**VOLNO** — Zůstat na místě, možno se pohybovat, tiše hovořit. Za pochodu se udržuje rytmus kroku, pochodující mohou zpívat.

**VLEVO VBOK** — na první dobu se otočit o 90° na levé patě a pravé špičce, na druhou dobu pak pravou nohu přisunout.

224

Cvičit lze s břemeny, s využitím síly nebo váhy druhého pionýra (přetahování, přetlačování, zdvihání „nošení zvedání za hlavu nebo za ramena), s pomocí nářadí (hradza, bradla, kruhy, lana (přetahování, špih s přirazem i bez přirazem) nebo připravené překážkové dráhy. Zvláště účinnými jsou „shyby“ na pevné hrazdě (větvi, visuté hrazdě, kruzích), jež jsou mimo posilování svalů i základem pro další cvičení.

Při tréninku rychlosti, jež se zařazuje při smíšené hodině zvláště na začátek hlavní části, se osvědčují kratší, avšak opakované nácviky startu, rozběhu ke skoku, běhu v zatáčce, předávání štafety, běh s míčem (driblování), nácviky probíhání při košíkové nebo házené a další. Po jednotlivých cvicích (mezi opakovaním) dbejte na to, aby každý cvičenec měl přibližně pětinašobek doby odpočinku, než byl čas potřebný k cviku. Toho dosáhnete vytvořením pětičlenných družstev, kde se cvičící střídají. Při nácvicích se hodí zařadit závodivé hry družstev, košíkovou nebo házenou ve zkrácených časech, honičky (na babu, honičky dvojic, na rybáře, vybíjenou), ve volné přírodě pak plavecké závody, štafety, vodní pólo, závody rychlobruslařů, lední hokej, běh na lyžích závod na překážkové dráze a další.

K nácviku vytrvalosti, který současně posluje volní vlastnosti, můžeme zařadit, zpravidla na závěr cvičební hodiny, rovněž delší běhy, hry s míčem (školku), zdolávání lanové dráhy, soutěže v nejdělnějším stoji o rukou, štafety nebo soutěže družstev v neobvyklém nošení břemen (na hlavě, mezi koleny), hru „vyrážení“ s míčem, ve volné přírodě pak soutěž v překonání stanovené nebo maximální vzdálenosti plaváním určeným stytem, překonávání překážek s břemeny (míč, tyč, batoh).

Obratnost a odvahu rozvíjí některé cviky a hry, jež byly zařazeny do předchozích skupin. Zvláště se však hodí různá cvičení na žíněnce nebo na jiné měkké podložce. Budou to kotouly vpřed a vzad, kotoul letmo (skok plavmo), přemet stranou (hvězda), stoj na hlavě, kotoul vzad přes druhého pionýra, parakotouly. Obratnost a odvahu posilují také téměř všechny cviky na tělocvičném nářadí, zvláště přeskoky, překonávání nářadí jako překážek, skoky do vody, ponořování, zvedání předmětů ze dna, skok o tyči (třeba jen s pevnou větvi přes potok), špih po laně svislém i vodorovném, přechod lávek, skoky do hloubky, skoky na lyžích a další.

Každá cvičební hodina musí být nejen dobře sladěna po fyzické stránce, ale musí být i pestrá a zajímavá, aby byla zážitkem, na nějž se pionýři těší.

223

Paže zůstávají u těla. Za pochodu na slovo VBOK uděláme ještě pravou nohou půlkrok a současně obrátíme vlek na špičkách obou nohou o 90°. Na další dobu levá noha vykročí. (Velí se na levou nohu.)

**VPRAVO VBOK** — Provádí se obdobně jako u předchozího povelu. Za pochodu se velí na pravou nohu.

**ČELEM VZAD** — Na první dobu se otočí doleva o 180° na levé patě a pravé špičce, na druhou dobu pravou nohu přisunout. Za pochodu (velí se na levou nohu) na slovo VZAD postaví chodidlo pravé nohy před špičku levé a současně se obrátí na špičkách obou nohou o 180°. Na druhou dobu po obratu vykročí levou nohou plným krokem v novém směru.

**ZASTAVIT STÁT** — (Velí se na levou nohu.) Udělat krok pravou nohou, levou přisunout, zůstat stát v pozoru.

**ODDÍLE NA MŮJ POVEL** — Postavit se do pozoru čelem k veličmu, vyčkat dalšího povelu.

**ODDÍLE PO DRUŽINÁCH V DVOJŘAD NASTOUPIT** — Rychle vykročit. Dva kroky za veličm se postaví praporečnick, vlevo od něho na šířku dlaně vedoucí 1. družiny, dále členové 1. družiny v dvojřadu, 1. řad vlevo vedle vedoucího, 2. řad za prvním na předpažení. Za 1. družinou 2. družina stejným způsobem atd.

**ODDÍLE V DVOJSTUP NASTOUPIT** (možno udat a ukázat směr) — Pionýři nastoupí za vedoucím oddílu v pořadí: praporečnick, vedoucí 1. družiny. Družina nastoupí za svým vedoucím v rozestupu na upažení a ve vzdálenosti na předpažení.

**VEDOUcí DRUŽIN, PODEJTE HLÁŠENÍ** — Všichni vedoucí družin v pozoru pochodují k veličmu, zastaví se v půlkruhu 3 kroky před ním, podle pořadí družin podávají hlášení, při hlášení zdraví rukou.

**VEDOUcí DRUŽIN, NA MÍSTA POUCHODEM VCHOD** — Po slově VCHOD všichni vedoucí družin provedou čelem vzad a vypochoďují na svá místa.

**VYROVNAT** — Kromě prvních krajníků otočí všichni hlavu vpravo, vyrovnají se tak, že se připáženou pravou rukou dotýkají lokte pravého, který má pokrčenou levou ruku v lokti a pěst opřenou v boku. První pionýr v 2. řadě předpaží levou rukou s přitaženými prsty palcem vzhůru, špičkou prstů se dotýká lopatky vpředu stojícího.

**PRÍMO HLED** — Všichni otočí hlavu zpět, připáží.

**ZPĚT** — (Velí se, byl-li vydán chybný rozkaz nebo byl-li cvik proveden chybně). — Postupuje se, jako by předchozí povel nebyl vydán.

225



**Hlášení.** Při hlášení vedoucích stojí družina (oddíl, skupina) v postojí POZOR. Na povel DRUŽINO (ODDÍLE, SKUPI-NO) VPRAVO HLED, otočí všichni tváře k velčímu.

**Příklad hlášení:** „Předsedo oddílové rady. Vedoucí 1. družiny Petr Jíva. První družina nastoupila k zahájení Dne mladých obránců vlasti, přítomno 5, Michal Klíma nemocen.“ Jiný příklad hlášení: „Soudruhu vedoucí, pionýr Petr Jíva. Jsem připraven splnit úkol.“

Podraví-li vedoucí pionýry, odpoví: „K budování a obraně vlasti vždy připraven.“ Při této odpovědi zdraví rukou.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Družiny nacvičují nástupy, pořadové cviky na místě i za pochodu, jednotliví pionýři se střídají ve velení.
- Na začátku každé oddílové schůzky podá jeden z vedoucích družin hlášení o přítomnosti a připravenosti.

#### Některé základní cviky

Tato pomůcka, jež má sloužit k přípravě pionýrských kolektivů na získání zájmového odznaku Mladý obránce vlasti, nemůže být zdaleka úplnou metodikou pro plnění jednotlivých úkolů. Přesto si povíme o způsobu přípravy na zvládnutí alespoň některých nejzákladnějších cviků, jakými jsou kotouly, shyby, kliky, dřepy a stoj o rukou s oporou, jež patří mezi stanovené podmínky.

**Kotoul vpřed** se provádí ze vzporu dřepem spojného. Váha těla se přenesla na paže, opřené dlaněmi o zem, paže se postupně pokrčují, hlava se předklání, brada tiskne k hrudníku. Tělo se překulí po zádech od začátku krční páteře až po hýždě. Pevným skrčením nohou a rychlým překulením dostane se pionýr opět do vzporu dřepem.

**Kotoul vzad** se provádí ze stejné polohy, jako kotoul vpřed. Váha těla se však přenáší na záda, hlava se předkloní, paže se pokrčí do výše ramen dlaněmi vzhůru. Prudkým překulením a ponecháním skrčených nohou dostane se pionýr opět do vzporu dřepem.

**Parakotoul vpřed** (vlevo) je určen ke změkčení pádu při seskoku padákem, hodí se však i při doskoku z větších výšek. Nacvičujte jej takto: Ze stoje spojného a volného vzpažení pokrčte nohy vpravo, vytvořením pánve vlevo přeneste váhu na

**Šplh po laně s přírazem** je nejzákladnějším způsobem zdolávání výšek. Nacvičte jej takto: Pionýr se postaví čelem k zavěšenému lanu a uchopí je nad hlavou. Nohy skrčí přednožmo a sevře lano nártu a koleny ve výši pasu. V druhé době napne nohy, rukama se přitáhne do výše ramen, ruce rychle posune co nejvýše. V závěsu uvolní nohy, vytvoří smyčku přes nárt jedné nohy, druhá noha se opírá o smyčku. Méně vhodným je příraz pouhým sevřením lana nártem jedné a patou druhé nohy. Nazpět se spouští cvičenec stejným způsobem (pídalkovitě) a nesjíždí, neboť při slabší síle paží by si mohl způsobit nepřijemné „spálení“ dlaní a prstů. Pokud nezískal cvičenec ještě dostatek síly, šplhá po menších úsecích tak, aby paže zůstávaly neustále v pokrčení.

**Šplh bez přírazu** vyžaduje větší síly. Cvičenec se střídavě přitahuje levou a pravou rukou. Nohy mohou být volně svěšeny nebo v přednosu, čímž se posilují vydatnější i břišní svaly.

Po šikmém laně lze nejlépe šplhat tak, že břicho položíte na lano, jednu nohu spustíte volně dolů, druhou zaklesnete nártem za lano. Střídavým přitahováním levé a pravé ruky se vysoukáte k vrcholu. Tento způsob je vhodný i pro sestup po šikmém laně k zemi, čehož můžete využít i při odchodu oknem z hořícího domu, při sestupu se skal a při dalších příležitostech.

Po vodorovném laně buď ručujeme ve svisu, šplháme v závěsu v podkolení, nebo položením trupu na laně stejně, jako při zdolávání šikmého lana. Při ručkování se drží pionýr oběma rukama a jejich střídavým posunováním postupuje vpřed. Tento způsob je nejpomalejší a nejmáhavější. Bezpečnějším a rychlejším je ručkování v závěsu v podkolení. Pionýr se při něm zavěsí oběma rukama, nohy přehodí skřížmo přes lano a pak střídavým přitahováním levou a pravou rukou s následným posunem obou nohou postupuje pídalkovitě vpřed. Nejrychlejším způsobem je již popsáný šplh s položením trupu na laně. Provádí se stejně jako při šplhu po šikmém laně.

**Šplhání na strom** závisí na síle kmene, výšce, mohutnosti a hustotě větví. Při šplhání na strom je dobré vědět, že modřín, borovice, jasan, ale i další stromy mají dřevo křehké. Při lezení po větvích dodržujte zásadu, že vždy tři body (např. obě nohy a jedna ruka) setrvávají na místě, třetí se pohybuje. Nikdy také nespolehejte jen na jednu větev, ale zajistí si rozložení váhy na 2–3 silnějších haluze bezpečnost.

Na slabší holý kmen (sloup) šplháme jeho obejmutím oběma rukama, stisknutím stromu jednou nohou nártem a patou druhé nohy. Střídavě pak posunujeme ruce a nohy.

levý bok. Pokrčte levou ruku, nacheňte levé rameno k zemi, hlavu předkloňte. Hlubším podřepem a vytvořením trupu vpravo se překulte přes levé rameno. Po získání základní dovednosti procvičujte obdobně parakotoul vpřed – vpravo.

**Stoj o rukou s oporou** nacvičujte v blízkosti stěny. Vyznačte na zemi čáru, na níž je třeba položit ruce. Pionýr zaujme postoj dva kroky před čarou, předpaží, prudce vykročí levou nohou, vzepře se rukama o zem, rychlým švihem pravé nohy se dostane do stoje o rukou, pravou nohu opře o stěnu, levou přisune. Po získání základních dovedností zkoušejte stejný cvik, avšak místo opory o zeď přidržte cvičenci nohy vedoucí.

Shyby posilují nejen paže, ale i prsní a břišní svalstvo. K jejich nácvičce připravte pevnou hrazdu v doskočné výši. Pionýr se postaví pod hrazdu, vzpaží, výskokem přejde do svisu. Krčným obou rukou provádí shyb tak, aby jeho hlava (brada) byla nad hrazdou. Slabším jednotlivcům pomáhá vedoucí uchopením v bocích, zdatnější pionýři opakují cvik několikrát.

Kliky rovněž posilují paže, prsní, břišní i zádové svalstvo. Lze je provádět všude, bez záchrany a dopomoci. Pionýr zaujme jako základní postavení vzpor ležmo, tělo je napjaté, neprohnuté ani nevsazené. Cvičící se dívá vpřed. Pak přejde do kliku ležmo, tělo se nedotýká země. Klik a vzpor opakuje několikrát, pak uvolní svaly.

Dřepy jsou častým cvikem při ranním rozcvičování. Posilují svalstvo nohou, uvolňují klouby, zpevňují jejich vazivo. Ze stoje spatného přejde pionýr do dřepu, nohy na špičkách, ruce předpaží. Při vztyku napne kolena, ruce připaží, postaví se na zem plnými chodidly. Cvik se opakuje několikrát, pak se uvolní svalstvo nohou protřepáváním.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vyhlaste soutěž a dosažení největšího počtu dřepů, kliků, shybů, bez oddechu.
- Nacvičujte parakotouly s postupným zvyšováním výšky seskoků.
- Uspořádejte závod v chůzi o rukou (kdo dojde nejdále).

#### Šplh

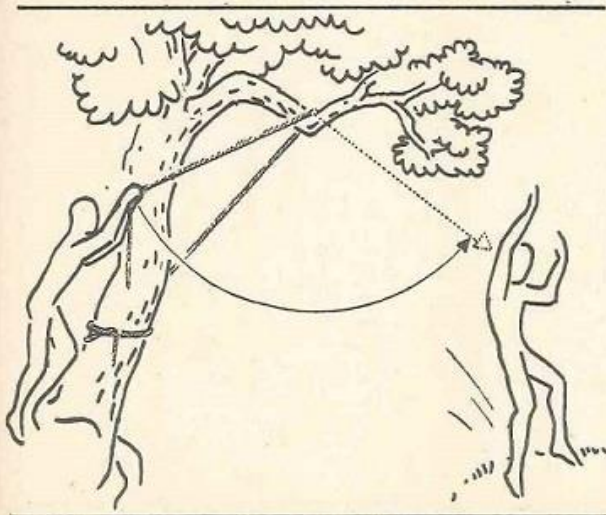
Co by to bylo za kluka, který by nedokázal vylézt na strom, vyšplhat po laně nebo po tyči několik metrů? Protože však nejde o šplhání při vyučování, musíme se mu naučit a vypěstovat obratnost i sílu. Hodí se nám to nejen při hrách a soutěžích, ale i při nejrůznějších činnostech v přírodě.

Na silnější strom špihej jako veverka. Kmen obejmí tak, aby paže k jeho kmeni přiléhaly po celé délce, nohy objímají strom stehny, kolena a chodidla. Střídavým posunem nohou a rukou špihej až k spodním větvím. Pro tento způsob je třeba být vhodně oblečen, nechceš-li utrpět odřeniny.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Vybudujte lanovou dráhu zavěšením lana na strom a přivázáním vodorovného lana k dalšímu stromu. Na tomto „lanovém koni“ procvičte všechny druhy šplhu.
- Vyberte tenčí i silnější, nepřilíží hrubé stromy a pod nepřetržitým dohledem nacvičte lezení na strom.

Použití lana k přeskoku



## Překonávání překážek

Při pobytu a pohybu v přírodě, při uskutečňování svých cílů, setkají se pionýři s nejrůznějšími překážkami. Mohou to být zvláště potoky a říčky, strmé srázy, úvozy, polomy, bažiny, hluboké závěse či kluzké svahy. K jejich překonávání může mít oddíl jednoduché pomůcky, k nimž patří lano, tyč, nebo se bude muset obejít i bez nich a využívat toho, co mu poskytne příroda. Vždy však pomůže dobrý nápad (který mnoho neváží) a získaná zkušenost.

**S pomocí lana** překonáme hluboké srázy. Je-li dosti dlouhé, zaklesneme je za silnější kmen stromu nebo jinou pevnou oporu, oba konce spustíme na úpatí srázu, po slezení prvního, nejzkušenějšího pionýra, jeden konec lana „zakotvíme“ dole. Po druhém konci pak pionýři slézají tak, že se nohama opírají o sráz a pomalým ručkováním se spouštějí dolů. Po slezení posledního člena oddílu se lano tahem za jeden konec uvolní. Horní oporu nikdy nenahrazujte posuvným předmětem (balvan, ležící kmen), neboť by se mohl tahem uvolnit a pádem spňavajícího těžce zranit. Krátké lano je možno ke kmeni přivázat nebo je mohou držet silní pionýři, kteří však nakonec musí sami sráz zdolat bez pomoci lana.

Lano se hodí i k překlenutí širšího potoka, říčky, bažiny nebo jiné překážky. Zásadou však je, že jeden z pionýrů musí nejprve tok (bažinu, úvoz) zdolat sám, lano na druhém břehu upevnit a pak teprve může být využito pro přechod. Při dostatečně délce lze upravit „lanovou lávku“, po jejíž dolní části pionýr posunuje nohy a po horní části ručkuje. Při jednoduchém laně pionýři používají způsobu šplhu po vodorovném laně, popsaném v předchozí části. Lana používejte i k přechodu kluzkých míst, sněhových polí a zamrzlé hladiny. Družina pochoduje v zástupu, pionýři se lana přidržují.

Užší překážky můžete překonat i po laně, zavěšeném na větví stromu. Pionýr uchopí lano oběma rukama co nejvýše a obloukem se přenesse přes překážku, kde seskočí s dopadem na obě nohy.

Tyč o délce 1,5–2 m můžete použít ke skoku přes překážku (potok, bažina, trnité nízké křoví apod.). Pionýr uchopí tyč ve výši čela, je-li překážka pod úrovní terénu, uchopí tyč co nejvýše. Rozběhne se čtyřmi až pěti rychlými kroky, opře tyč přibližně o střed překážky, odrazí se jednou nohou jako při skoku dalekém, pokrčí ruce do shybu a přitáhne nohy co nejvýše. Důležité je, aby nohy byly na těžší straně tyče, jinak by mohlo dojít k vážnému zranění. Doskakuje se na obě nohy. Tyč však se hodí podobně jako lano i k dopomoci při slé-

zání z nepřilhlí vysokého svahu, k vzájemnému přidržování při přechodu sněhového pole, ledové plochy, k měření hloubky bažiny a k dalšímu.

**Lávku** připravíte snadno z jednoho nebo z více padlých kmenů. Při použití jednoho kmene dbejte na to, aby byl dostatečně silný, neměl se a příliš nehoupal. Proti otáčení jej zajistěte kolíkem, kamenem nebo natočením tak, aby se opíral o neusekнутou větev. Po lávce přecházejí pionýři jednotlivě, vyšší bezpečnosti se dosáhne přidržemím lana (tyče), jako zábradlí nebo včasným podáním ruky u konce lávky.

**Bez pomůcek** se dají překonávat různé překážky jednotlivě nebo ve skupinách. Příkladem skupinového překonání zdi, nižší stěny, bariéry či plotu je přelezení s dopomocí, kdy jeden pionýr pokleknem a pokrčením jedné nohy připraví jakýsi schůdek, dalším schodem pak může být jeho rameno. Dvojice stojících pionýrů může připravit vyšší oporu tak, že uchopí 2 větve, v nichž jednu drží ve výši spuštěných rukou, druhou opírá o ramena. Nejsou-li po ruce větve, postačí i prsty spojených rukou a ramena. Výšku opory zvětšíme podloženými kameny nebo přihnutím zeminy.

Za skupinovou dopomoc možno považovat i držení se za ruce při přechodu ledové plochy či sněhového pole, nebo vytažení kamaráda za obě ruce do výše.

Jednotlivec bez pomůcek si však musí vědět rady. Při přeskoku žlabu, potoka nebo úvozu si nejprve ověřte pevnost břehu a vyhlédněte si vhodné místo pro dopad. Dbejte na to, aby bylo rovné nebo měkké, bez kamenů a vysokých drnů, aby nedošlo k vymknutí nohy nebo ke zlomeninám.

Přeskok zdi (nízkého plotu) do výše pasu nebo nejvýše do poloviny hrudi, se provádí s rozběhem odbočkou. Nabíháš-li zleva, odrazíš se pravou nohou, levou rukou se přidržíš vrchu překážky a přenesseš se odbočkou vpravo, nebo levou nohu vepředu o temeno překážky a seskočíš na druhou stranu.

Skok do hloubky má svá pravidla. Do menší hloubky možno skákat z polohy vstoje s dopadem dále od stěny, abychom se při dopadu s podřepem neuhodili hýžděmi o stěnu. Výšku skoku snížíme skokem hlubokým a oporou ruky. Podřepneme opěme se o okraj prohlubně levou rukou, spustíme levou nohu a odrazem pravé seskočíme. Rychlost pádu zbrzdí levá ruka. Obdobou je seskok ze sedu. Posadíme se na okraj překážky, spustíme nohy dolů. Přidržíme se levou rukou, pravou se odrazíme. Pálobrat vlevo nám umožní přidržovat se překážky a zabránit úderu o stěnu. Obzvláště vysoké překážky je možno překonávat ze svisu. Z kleku zády k okrajům překážky přejdeme do

230

231

svisu. Při seskoku se pustíme nejdříve pravou rukou, vytočíme tělo pálobratem a seskočíme. Hloubka seskoku se takto sníží o výšku naší postavy se vzpaženými rukama.

## Pokyny k praktické činnosti

- Vyberte nebo upravte v terénu 1 km dlouhou dráhu s těmito překážkami: 2 m široký „potok“, 5 m široká „bažina“, 2 m hluboký sráz (stěna). Provádějte na ní nácviky překonávání překážek, po získání dovednosti uspořádejte závod družstev.

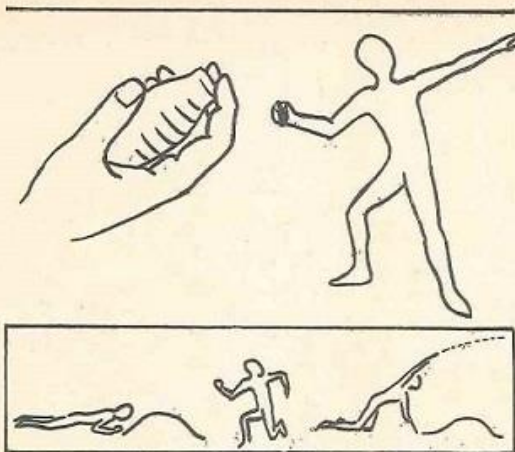
## Hod granátem

Hodit po někom okem je velmi jednoduché, srazit nebo rozbit něco kamenem, to dokáže každý uličník. Ale hodit granátem (granátovou atrapou) o hmotnosti 350 g, to vyžaduje zručnost a sílu, kterou získáte jen nácvikem. V jednotlivých soutěžích budete podle věku házet na různé vzdálenosti a cíle, princip hodů se však nemění, pouze hloubka náprahu a úhel hodu se při házení na maximální vzdálenosti zvětšují.

Při hodu vstoje z místa se postavíme čelem k cíli, uchopíme granát do pravé ruky, držíme jej před sebou. Palec, prsteník a malík objímají granát z boku, ukazováček a prostředník leží na jeho víku. Pravou nohou mírně pokrčenou vykročíme vzad, současně granát napřáhneme, vytočíme celý trup vzad, ruku s granátem držíme dlaní vzhůru, levou míříme na cíl a vyvažujeme polohu těla. Švih pravou rukou vpřed vychází z celého oblouku těla, pravá noha jde za házející rukou vpřed. Úhel hodu závisí na hloubce náprahu a na bodu vypuštění granátu. Po odhodu granátu si pionýr kryje předloktím levé ruky obličej „proti střepinám“.

Za pohybu začíná hod granátem náprahem paže 3 kroky před místem odhodu. Při prvním kroku (levou nohou) je pravá ruka při těle, při druhém kroku (pravou nohou) s vytočením špičky chodidla vpravo jde paže s granátem spodem vzad, třetí dlouhý krok levou nohou, po němž se trup otáčí vpravo a pravá noha se pokrčuje, provází pravá ruka dokončením náprahu, po němž následuje prudký hod granátu. Pionýr pak pokrčuje v běhu, obličej skloněný hlavu si kryje levým předloktím.

Z polohy vleže začíná hod uchopením granátu a pokrčením obou paží ve výši hrudníku. Oběma rukama se opěme o zem, prudce se vzepráme, pravou nohu posuneme vzad, poklekne-



Hod granátem

me na levé koleno a stočením trupu doprava se mohutně rozpráhneme. Švih granátem vychází od špičky pravé nohy, prochází bočními svaly a vyústí v mohutný hod. Po odhodu granátu dopadneme k zemi čelem, obě ruce tlumí pád, hlava se kryje za předprsní okopu nebo za oběma předloktími.

Granáty lze házet i z jiných poloh.

## Pokyny k praktické činnosti

- Vytýčte kruhový cíl o průměru 2 m, naměřte od jeho středu vzdálenost 10, 15 a 20 m. Pionýři podle věkových kategorií nacvičují hod na cíl.
- Uspořádejte vyřazovací soutěž v hodu granátem na vzdálenosti 8, 10, 12 m. Soutěžní se třemi hody z každé vzdálenosti, kdo z jedné polohy nezasáhne, je vyřazen.
- Zorganizujte hru, jejíž jednou podmínkou je hod granátovou atrapou.

232

233

## Pobyt v přírodě

Přírodu je třeba považovat za základní prostředí pro život člověka. Proto věnujeme pobytu a pohybu v přírodě nemalou pozornost, učíme i pionýry poznávat přirozenou krásu, která nás obklopuje, využívat jí k ukojení svých ekonomických i kulturních potřeb. Mladý obránce vlasti by měl mít k přírodě mimořádně kladný vztah, neboť ona je součástí pojmu „vlast“, kterou se zavazuje bránit.

Nejčastější formou pobytu pionýrského oddílu v přírodě bude výlet, vycházka nebo výprava.

Vycházka pro své krátké trvání má zpravidla jednoduchý cíl a náplň. Cílem může být poznání blízkého okolí, navštívení určitého místa. Nevyžaduje proto rozsáhlejších příprav vedoucích ani účastníků.

Výlet bývá nejčastěji polodenní nebo jednodenní. Cílem může být dosažení určitého místa, ale nemá-li být nudnou záležitostí, musí mít bohatší náplň. Cíl může stanovit oddílová rada, příprava jednotlivých úkolů může být svěřena družinám nebo i jednotlivcům. Vedoucí oddílu určí dobu a místo srazu, způsob přesunu (např. část cesty vlakem, část pěšky, ústroj a nejnnutnější kolektivní i osobní prostředky, k nimž mohou patřit zvláště: lékárníčka, mapa, busola, lano, stan, granátové atrapy, potraviny, jídelní přibory, tužky, bloky a další pomůcky, podle zamýšlené náplně výletu. Jedna družina připraví náčrt pochodové osy a bude pochod organizovat, druhá může mít na stanost hospodářské záležitosti (obstarání jídelnek, zabezpečení potravin, vaření stravy), třetí organizaci her, soutěží a zábavy po cestě i v cílovém místě. Dvojice pionýrů může tvořit zdravotnickou hlídku, další pionýři připraví písni s hudebním doprovodem. Náplň výletu mladých obránců vlasti by měla být branně zaměřená a může zahrnovat např. orientaci podle mapy, busoly, provádění průzkumu za pochodu, předávání zpráv, stopování, značení cest, soutěž v odhadu vzdáleností, v hodu granátem, překonávání překážek, přípravu stravy na otevřeném ohni, zpěv vojenských a revolučních písní, kvíz s brannou náplní a další. Výlet však může být organizován i jako lyžařský nebo cyklistický, jeho náplň pak bude přizpůsobena těmto podmínkám.

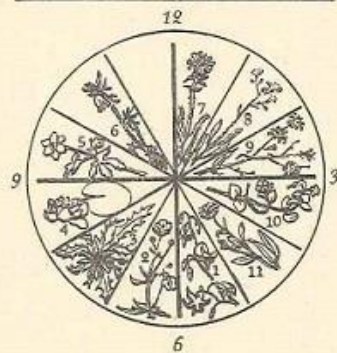
Výprava v sobě skrývá něco tajemného. Tajemství může být skryto v samotném cíli, který může znát třebas jen vedoucí nebo organizátoři, v překvapeních, která oddíl na cestě očekávají. Cílem výpravy zpravidla nebude pouhé navštívení určitého místa, ale splnění nějakého úkolu, jako např. objevení partyzánského bunkru, vyhledání pamětníka bojů za osvobo-

zení, prozkoumání určitých památek, ale i získání nových zpráv apod.

Pochod, který může být částí vycházky, výletu nebo výpravy má svoje určitá pravidla. Má svoje místo odchodu (seřadiště), cíl, pochoduje se v určitém tvaru (zástup, dvojtup, trojtup), je vymezen pochodovou rychlostí (asi 4 km za hodinu), plánuje se pravidelné zastávky a odpočívky. 1. zastávka v délce přibližně 5' se plánuje po 10–15' pochodu k úpravě obuvi a výstroje, malé zastávky v trvání 20–30' se organizují po 2 hodinách pochodu, velká zastávka (2–4 hodiny), při níž se připravuje a konzumuje oběd, na začátku druhé poloviny celodenního pochodu.

Ideální podmínkou pro pobyt v přírodě je účast oddílu na letním táboře. Toho může být využito nejen k nácvičku a plnění řady dovedností a znalostí daných podmínkami zájmového odznaku, ale i k nocování pod stanem a k organizování táborových dnů.

Květinové hodiny. Květy se otevírají: 1. Lilek červený v 5–6 hod., 2. pryskyřník prudký v 6–7 hod., 3. pupava 7–8 hod., 4. leknín v 8 až 9 hod., 5. sasanka v 9–10 hod., 6. koniklec luční 10–11 hod. Květy se zavírají: 7. mleč 12–13 hod., 8. jestřábík 13–14 hod., 9. čekanka 14 až 15 hod., 10. drchnička polní 15–16 hod., 11. měsíček zahradní 16 až 17 hod.



Pro nocování pod stanem je třeba včas (za světla) vybrat vhodné místo pro postavení stanu a připravit si potřebné pomůcky. Místo pro stanování musí být suché, nejlépe výše položené, nemá být v dolíku nebo blízko potůčku, neboť při dešti budete vyplaveni, stan se nesmí dotýkat větví stromů (do stanu pak prší nebo může být při větru poškozen). Pamatujte nejen na teplé oblečení, ale zvláště dobrou izolaci od chladné nebo vlhké půdy. Nemáte-li nafukovací matraci a spací pytel, můžete „podlahu“ zhotovit z chvoji, slámy, trávy (nejlépe suché), suchého listí a dalšího materiálu, který přikryjete pláštěnkou.

Uspořádání táborového dne má svou pravidelnou a proměnlivou část. Pravidelně začíná den „budíčkem“, ranní rozvíčkou, mytím a úklidem. K snídani již nastupují pionýři čistí, upravení, aby pak mohli vzdát počtu vztyčované vlajce. V dopolední (proměnlivé) části dne mohou být zařazeny nácvičky, soutěže, závody a hry, přípravy na vystoupení u táboráku a jiná zaměst-

nání náročná na fyzické i duševní vypětí. V jejím průběhu se vydává svačina, na níž je třeba plánovat 20–30 min, neboť by měla být spojena i s menším odpočinkem. Obědu předchází příprava, jež spočívá nejen v umytí rukou, ale i omytí těla a převlečení z pocených částí oděvu. Výdej oběda probíhá organizovaně, po obědě pionýři 1–1,5 hodiny odpočívají, čtou, píší nebo spí. Do odpolední části dne s proměnlivou náplní zařadíte zaměstnání méně náročná. Hodí se zvláště vycházky, koupání, úprava tábora, příprava dřeva, ohniště, nácvičky zpěvu, úprava nástěnek. Příprava k večeru je obdobná jako příprava na oběd. Po nástupu a vyhlášení denního rozkazu se slavnostně snímá vlajka, večere je rovněž organizována po družinách. Po večeru lze zařadit kratší (1–1,5 hod.) pořad naplněný besedou, hrou, posezením u ohně s připraveným obsahem (vyprávění, kvízy, zpěv, vystoupení). V závěru dne organizujte přípravu k spánku (mytí, čištění, úprava) a vyhlášení večerky, po níž v celém táboře zavládne naprostý klid bez „kanadských žertků“. Mladí obránci vlasti budou dbát zvláště na to, aby jejich činnost se vyznačovala vysokou organizovaností, ukázněností a aktivitou po vzoru příslušníků našich ozbrojených sil. Náplň proměnlivé části dne bude zaměřena zvláště na branné prvky podle podmínek zájmového odznaku.

## Příklad programu táborového dne

Čas	Činnost
7.00	Budíček
7.05–7.20	Ranní rozvíčka
7.20–8.00	Mytí a úklid
8.00–8.30	Snídání
8.30–8.50	Vztyčení vlajky
8.50–10.00	Dopolední program
10.00–10.30	Svačina
10.30–12.15	Pokračování dopoledního programu
12.15–12.30	Příprava k obědu
12.30–13.15	Oběd
13.15–14.45	Polední klid
14.45–16.30	Odpolední program
16.30–16.45	Svačina
16.45–18.20	Pokračování odpoledního programu
18.20–18.45	Příprava k večeru, převlékání
18.45–19.00	Denní rozkaz, sejmутí vlajky
19.00–19.30	Večere
19.30–21.00	Večerní program
21.00–22.00	Příprava k spánku
22.00	Večerka

## Pokyny k praktické činnosti

- Připravte a uskutečňte celodenní výlet oddílu s brannou tematikou.
- Organizujte nocování dvojice pionýrů pod stanem.
- Zpracujte program táborového dne MOV.

## Základy sebeobran

Bránit vlast neznamena jenom být připraven za ni bojovat se zbraní v ruce v případě jejího napadení nepřátele. Obrana naší Československé socialistické republiky vyžaduje nepřetržitou ochranu životů, zájmů a společného majetku. I v době míru mohou pionýři pomoci v plnění tohoto úkolu. Jednou z dovedností, kterou přítom uplatní, je sebeobrana, která zahrnuje obranu vlastní osoby, ale i pomoc ohroženému kamarádovi.

Obsahem sebeobran jsou pády a kótouly, jimiž obránce předchází poranění při útoku protivníka nebo jimiž sám předchází v rychlý a nečekaný protiútok, údery rukama a kopy,

jež jsou jednoduchým a účinným prostředkem obrany i útoku, bolestivé chvaty a páky, porazy i poutání. Pionýři se naučí pouze základním prvkům, které v pozdějších letech podle svých zájmů a schopností mohou rozvinout.

**Kotoulům** jsme se už naučili. Kotoulu vpřed při sebeobraně využijeme, napadne-li nás útočník zezadu, nebo při zahájení vlastního útoku na protivníka, stojícího 4–5 kroků od nás, kotoulu vzad při napadení zředu.

**Pád vpřed přes rameno** provedeme předkrokem pravé nohy, poklesem na levou. Levou ruku opřeme dlaní o zem s prsty vytočenými dovnitř tak, aby koleno levé, chodidlo pravé nohy a levá ruka tvořily rovnoramenný trojúhelník. Předkloníme se, pravou ruku zasuneme mezi nohy a opřeme dlaní o zem. Prsty jsou vytočeny směrem k levému kolenu, hlava odkloněna k levému rameni, brada stlačena k hrudníku. Odrazíme se, přetočíme přes nadloktí a rameno pravé ruky. Pád stlumíme úderem levé paže o zem. Pád je možno provést i přes levé rameno, postavení nohou a rukou však je třeba vyměnit. Pádu využijeme zejména při porážení útočníkem.

**Pád vpřed** provádíme ze stoje spatného. Výskokem snožmo a zášvihem nohou dopadneme na obě ruce, lotky jsou mírně vytočeny do stran. Pád stlumíme i postupným dotykem země hrudníkem a bříchem. Při náviku posílujeme nejprve paže kliky, pádem z kleku, později ze stoje spatného, nakonec s výskokem. Pád vpřed se hodí zvláště pro případ, kdy nás útočník strčí nebo uhodí do zad.

**Pád vzad** provedeme z dřepu. Předpažíme, přitiskneme bradu k hrudníku, pád na záda stlumíme úderem obou napjatých paží o zem. Pádu využijeme při uklouznutí, úderu nebo sevření zředu.

**Pád stranou** provedeme rovněž z dřepu. Při pádu vlevo předsuneme levou nohu před pravou, padáme na levý bok, úderem napjaté paže stlumíme tvrdost nárazu o zem.

Všechny pády nacvičujeme nejprve na žíněnce nebo jiném měkkém podkladu, teprve po jejich zvládnutí zdokonalujeme dovednost na tvrdé zemi.

Nebezpečnými jsou zvláště úderu a kopy, kterých může útočník použít k dosažení rychlého úspěchu, nebo útok nožem. Naučíme se proto obraně proti nim.

**Proti úderu rukou** se můžeme ubránit předejitím úderu vlastním útokem (úderem, porazem, nasazením páky), odražením úderu stranou, shýbnutím se, nastavením otevřené dlaně, nastavením předloktí, ramene, nebo krokem vzad. Který z těchto způsobů použijeme, to závisí na naší zkušenosti, dovednosti,

238

Skrčíme-li se před úderem zředu na obličej, využijeme této své polohy a pohybu útočníka vpřed k úderu čelem (temenem) na jeho žaludek.

Skrčíme-li se před úderem zředu a otočíme se zády k útočníkovi, můžeme uchopit oběma rukama útočnickovo zápěstí a přehodit jej (i když je značně těžší) přes hlavu na záda.

Při ústupu vzad se snadno dostaneme následným úkrokem za útočnickova záda a zneškodníme jej nasazením páky na hlavu. Ústup je účinný zvláště při „spodním háku“ (úder vedený zdola na bradu nebo na žaludek).

Před úderem z boku (levý nebo pravý hák) se používá odražení úderu stranou kombinované s ústupem nebo nastavením dlaně. Zneškodnění útočníka je obdobné, jako při úderu zředu.

**Proti kopu** se bráníme odskokem stranou, blokováním kopu nastavením rukou nebo uchopením útočnickovy nohy.

Blokujeme-li kop rukama, nastavíme zkřížená předloktí tak, abychom zachytili holeně útočící nohy. Při kopu pravou nohou je pravá ruka vpředu (nahore) a naopak. Do útoku přejdeme uchopením útočnickovy paty pravou rukou, prudkým otočením nohy a stržením k sobě. Útočnickovo chodidlo se dostane do loketního ohybu tvé levé paže. Tlakem rukou na kolenní kloub směrem k zemi a tlakem ramene na chodidlo, povalíme útočníka na zem.

**Proti útoku nožem** se bráníme kopy nebo údery na citlivá místa, můžeme však použít i následujících způsobů.

**Úder pravou rukou shora** srážíme levým předloktím, současně vedeme pravou paží úder na obličej. Levou rukou pak uchopíme útočníka za zápěstí, pravou za rukáv u lokte zesponu. Pravou rukou trháme prudce k sobě, levou od sebe, čímž vykroučíme útočnickovi ruku. K vypáčení nože lze použít tlaku o zem (zeď, koleno) na zápěstí ozbrojené ruky. K stržení na zem lze použít i páky na loket, popsané v další části.

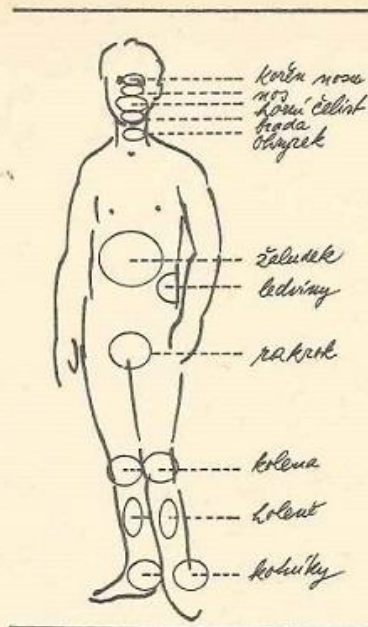
**Útok zdola** srážíme levým předloktím, útočníka napadneme kopem, uchopíme jej pak pravou rukou za rukáv u lokte útočící ruky, strhneme k sobě a s pomocí levé ruky zkroutíme útočnickovu ruku za jeho zády.

**Proti pokusům útočníka o uchopení** se naučíme několika nejzákladnějším pravidlům.

**Uchopí-li nás útočník v zápěstí**, vytočíme prudce ruku ve směru proti jeho palci. Máme-li druhou ruku volnou, zesílíme tah uchopením za vlastní sevřenou pěst.

**Svrá-li nás útočník oběma rukama zezadu** přes obě ruce pod rameny, roztrhneme jeho sevření pokrčením a současným třecím paží do stran. Současně podpatkem kopneme do jeho ho-

240



Nebezpečná místa úderů a kopů

postřehu, ale i na poloze rukou, nohou a hlavy v době útoku. Po zachycení úderu ihned přejdeme do útoku vlastním úderem nebo nasazením páky.

Při odražení úderu stranou využijeme přirozeného pohybu útočnickovy ruky. Vede-li úder přímo na tvůj obličej pravou rukou, odraz (sveď) jej malíkovou hranou pravé ruky doprava. Současně jej můžeme uchopit v zápěstí a levou rukou, přetočenou vzhůru zředu pod krkem.

239

leně. Je-li přibližně stejně velký, prudkým záklonem hlavy jej udeříme do obličeje. Dalším způsobem je zakročení a pád nazad.

**Drží-li nás zezadu rukama pod krkem**, použijeme kopu podpatkem do holeně nebo úderu loktem nebo hranou otevřené dlaně na žaludek nebo do boku.

Objal-li nás zředu oběma pažemi, vyprostíme se úderem hlavy do kořene jeho nosu, kopem špičkou boty do holeně, kopem kolennem, údery rukou do boků nebo přetočením doleva (doprava), založením nohy za jeho patu a přehozením útočníka přes bok na zem.

Kromě úderů, kopů a některých způsobů přechodu z obrany do útoku, se naučte několika účinným chvatům, jimiž můžete předejít napadení.

**Páka na ruku** se nasadí uchopením protivnickovy pravé ruky tak, abychom oběma palci tlačili na hřbet jejího zápěstí. Prudkým pohybem vzhůru a pak vlevo dolů ohneme a zkroutíme ruku útočníka tak, až jej povalíme na zem.

**Páka na paži** (která nás chce například uchopit pod krkem) se nasadí uchopením oběma rukama shora. Obratem vpravo vykroučíme útočnickovi paži dovnitř, sevřeme ji v levém podpaží, postavíme levou nohu vedle jeho pravé a pravou nohou zakročíme vzad. Ramenem tlačíme na rameno jeho vykroučené paže, kterou zvedáme vzhůru. Útočník není schopen pohybu, můžeme jej přinutit k zalehnutí na zem.

Vyproštění z úchopu



241

**Páka na loket** je velmi používaným chvatem. Pravou rukou uchopíme protivníkovu zápěstí shora. Předloktím levé ruky udeříme do loketního ohbí uchopené paže shora, zvedneme uchopenou paži vzhůru. Zaklesneme levou ruku za své pravé zápěstí, založíme pravou nohu za jeho patu a tlakem na ohnutou paži ho strhneme k zemi.

Jiným způsobem páky na loket je páka přes rameno. Oběma rukama uchopíme útočnickovu pravé zápěstí shora. Prudce zvedneme jeho paži vpravo nahoru, obrátíme se vpravo o 180° a položíme protivníkovu paži loktem na své rameno. Jejím stlačením dolů působíme útočnickovi prudkou bolest.

Páku pak můžeme nasadit i na prsty, nohu či hlavu protivníka, vratkostí postavení využívat k porážkám, protivníka poupat nebo vodit.

K prokázání vašich schopností však zatím postačí těchto několik základních prvků sebeobrany. Při jejich nacvičování ale důsledně dbejte na bezpečnost. Zvláště údery a kopy můžete pouze naznačovat, nasazené páky nedokončovat, na znamení spolupůlčence chvat ihned přerušit. Při úchopech a porazech poskytněte cvičencům záchranu, pády mírněte přidržením za ruku. Záchrana a pomoc poskytuje především sám vítězící obránce a zásadně se vyvaruje pádů na zneškodněného „útočnicka“.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Procvičte a opakujte všechny druhy pádů a kotoulů. Po zvládnutí procvičte totéž na zemi bez žíněnky.
- Procvičte metodicky obranu proti úderům a kopům.
- S použitím gumové hadice místo nože, nacvičte obranu proti útoku nožem.

#### Jízda na kole

Tento způsob přepravy je právě tak jako chůze nebo běh zdravým pohybem, nevybíráme-li si pro své putování na dvou kolech příliš frekventované silnice. Kolo nás při troše námahy zdarma dopraví do míst, kam bychom se bez dopravního prostředku dostali přibližně za dvojnásobně dlouhou dobu. Kolo je však dopravním prostředkem, proto jsou stanovena pravidla pro jeho vybavení i používání v silničním provozu.

Kolo musí být správně seřízeno, opatřeno blatníky, šrouby upevněny, musí mít dvě na sobě nezávislé brzdy, přední

i koncové (červené) osvětlení se zdrojem (dynamo, baterii), červenou odrazovku vzadu, žlutou na obou pedálech, zvonek. Volné konce řídítek (trubky) musí být zalapeny izolací, na celé konstrukci nesmí být ostré vyčnívající páčky, hroty nebo hrany, aby nemohlo dojít k poranění.

Při jízdě musí dbát cyklista na dodržování všech dopravních značek, pokynů dopravních orgánů a světelných znamení. Děti do 10 let smí jezdit po silnici jen v doprovodu osob starších 15 let. Jezdit můžeme jen po pravé straně vozovky co nejbližší ke krajnici, mimo obce i po pravé krajnici, neobrožujeme-li chodce. Zakázána je jízda bez držení řídítek, vedení dalšího kola, držení se jiného dopravního prostředku, jízda cyklistů vedle sebe nebo v těsné blízkosti za motorovým vozidlem, vosení předmětů, které by znesnadňovaly řízení nebo ohrožovaly jiné uživatele vozovky, včetně chodců. Zakázáno je i vezení další osoby (např. na rámu nebo na nosiči). Při jízdě musíme mít obě nohy na šlapadlech, „návčik akrobacie“ nelze rozhodně provádět na silnici, kde tím ohrožujeme bezpečnost provozu a vlastní život, i zdraví ostatních uživatelů vozovky.

Jízdu proto budeme nacvičovat na hřišti, v „slepých“ ulicích a na jiných bezpečných místech. I pro návčik musí být sedadlo kola upraveno tak, abychom mohli pád zachytit při naklonění kola dopadem na nohu. Jízdu nacvičujeme za pomoci instruktora, který zpočátku přidržuje kolo vzadu za sedadlo a postupně nechá jezdce samostatného. Pomáhá mu též při nasedání a sestupování s kola. Nasedání i sesednutí nacvičujeme nejprve přehozením nohy, pokud je kolo vkládá. Teprve po získání bezpečně rovnováhy procvičujeme nasedání a sesednutí přehozením jedné nohy za jízdy, zatímco druhá setrvává na šlapce.

Pro výpravu na kolech, které pořádáme pouze se staršími pionýry, volíme vzdálenosti do 30 km. I při ose, kterou jsme vybrali v terénu s menšími výškovými rozdíly, nutno počítat s průměrnou rychlostí 8–9 km za hodinu. Dbejte na to, aby trasa vedla zajímavými a klidnými místy, aby účastníci cyklistické výpravy neměli požitky pouze z jízdy, ale i z krásné krajiny, památek a všeho, co nám příroda a práce lidských rukou nabízí. Podobně jako při pěším pochodu organizujte kratší i delší zastávky, pomáhejte slabším, pamatujte na správnou výstroj a obuv. Nezapomeňte ani na lékárníčku, která se hodí pro ošetření případných odřenin, puchýřů, opruzenin a jiných možných následků, jinak příjemného cestování.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Uspořádejte kurs pro cyklisty vašeho oddílu za pomoci zkušeného instruktora.
- Organizujte soutěž ve znalostech silničního provozu a dopravních značek.
- Připravte celodenní nebo polodenní cyklistický výlet, jehož se mohou zúčastnit pouze pionýři, kteří dobře znají dopravní značky, pravidla pro jízdu na kolech a mají kola vybavena předepsaným způsobem.

#### Plavání

Plavání je velmi užitečný sport, neboť umožňuje uvolnění a procvičení většiny svalů, kloubů a ostatních tkání, otužuje tělo a pomáhá k dobré duševní i tělesné pohodě. Při přípravě mladých obránců vlastní nebude hlavním cílem dosažení výkonnosti a bezvadné techniky, ale především naučit všechny pionýry překonávat vodní překážky plaváním. K tomu je zapotřebí zjistit, kteří pionýři umí plavat (uplavou plynule alespoň 30 m) a vytvořit tak skupinu plavců a neplavců. Skupinu plavců budeme zdokonalovat, učít ji novým prvkům (skoky, záchrana tonoucího, přeprava předmětů, vyzdvižení předmětu ze dna), a využijeme nejschopnějších jednotlivců jako pomocníků vedoucího. Hlavní pozornost věnujeme skupině neplavců, s nimiž organizujeme základní výcvik. Při návčiku kterýchkoliv prvků nutno dodržovat nezbytné zásady organizovanosti, kázně, pořádku a bezpečnosti. Každý pionýr musí mít souhlas lékaře, že se může potápět. Vedoucí musí provést tato bezpečnostní opatření:

- zjistit hloubku vody, stav dna a bezpečnost prostoru, na němž se budou pionýři připravovat; hloubka nesmí být větší než po krk nejmenšího z pionýrů, na dně ani na břehu nesmí být ostré kameny, sklo, plechovky, protákliny, hřebíky a jiné nebezpečné předměty;
- určený prostor vyznačit šňůrou a plaváky;
- spočítat pionýry, zakázat vstup do vody a odchod bez vědomí vedoucího;
- určit na každých 3–5 pionýrů jednoho plavce, který bude sledovat jejich pohyb ve vodě, vyhlašovat nebezpečí a poskytovat pomoc;
- při návčiku skoků do vody změřit hloubku pod můstkem; musí být nejméně o 0,5 m hlubší, než je výška můstku od hla-

diny; zakázat zdržovat se pod skokanským můstkem nebo skákat do vody bez pokynu vedoucího;

- poučit pionýry, aby zbytečně nehlukeli, nehráli si na „topičího se“;
- po každé fázi výcviku ve vodě zjistit přesný počet pionýrů;
- zabezpečit zdravotní dozor s lékárníčkou.

Rídí-li plavecký výcvik více vedoucích (instruktorů), je možno vytvořit skupiny od základní po nejvyšší. Pionýři, kteří zvládli základní výcvik, přecházejí (i v průběhu hodiny) do skupiny vyšší.

Každou hodinu rozdělíte na přípravnou, hlavní a závěrečnou část.

V přípravné části (¼ času) seznámíme pionýry s obsahem a cílem výcviku, rozdělíme je do skupin, provedeme bezpečnostní opatření s poučením. Všichni pionýři se pak rozcvičí a provedou výcvik „na sucho“.

V hlavní části (většina doby) cvičí pionýři organizovaně určené prvky ve vodě.

V závěrečné části (5 minut) po kontrole počtu si pionýři zaběhají, zahrají na honěnou nebo se zahřejí jiným pohybem. Vedoucí pak vyhodnotí dosažené výsledky.

Náplní jednotlivých hodin pak budou podle vyspělosti a schopností pionýrů následující prvky:

#### Seznámení pionýrů s vodou

V první fázi v mělké, později v hlubší (po pás) vodě se družstva nebo dvojice navzájem zahánějí stříkáním. 1. družstvo jsou rybáři, 2. družstvo ryby. Rybáři zatahují „rybník“, ryby se snaží proklouznout zátahem. Koho se rybář dotkne, toho vyřadí. Družstva si pak vymění úlohy. Dále se dají procvičovat různé míčové hry podobně jako na suchu. Může to být např. „vyrážená“, podávání, na jelena apod. Možným seznámením s vodou může být i „jízda trakařů“ (do 30 cm vody) nebo boj jezdců a další hry.

V druhé fázi zařadíme splývání. Nacvičuje se v hloubce, kde všichni pionýři stačí. Pionýr nadechne, položí se břichem na vodu, ověří si, že voda jeho tělo nadnáší. (Tzv. „medúza“). Dalším cvikem může být „hřbtek“. Pionýr se nadechne, ponoří se do dřepu, obejme pažemi skrčené nohy. Po vyplutí na hladinu se postaví. Návčik vlastního splývání začnete tím, že pionýr předpaží, položí paže na hladinu, druhý jej uchopí za ruce, couvá a táhne. Tah druhým pionýrem možno nahradit kolíkem, uvázaným na provaze (lovení ryb). Lze uspořádat i soutěž Kdo dá, která se zahajuje základním postavením několika pionýrů u břehu (okraje bazénu nebo v jedné řadě ve vodě).



nebo lyží. Mezi lyžemi udržujte mezeru přibližně 15 cm, trup je mírně předkloněn, nohy a ruce lehce pokrčeny. Váhu těla přenášíme na vysunovanou lyži (např. pravou), pohybu pomáhá vzepření o protilehlou hůl (např. levou), kterou nepředsunujeme příliš vpřed.

Běh nebo běh střídavý s chůzí či sjezdem, nám pomůže překonávat nejrychlejší delší úseky cesty. Nejčastějším a nejekonomičtější způsobem běhu je **běh střídavý dvouúhový**. Používá se jej na rovině a při mírném stoupání. Při střídavém odpichu pravou a levou hůlí se odráží vždy protilehlá noha v pravidelném rytmu. Odrážení musí být mohutný, skluz dlouhý, váha těla se přenáší na jedoucí nohu.

Při běhu z mírnějšího svahu nebo po rovině na „rychlém“ sněhu, je výhodný i **běh s odpichem soupaž**. Pažemi se odpichujeme současně, skluz začíná jednou nohou po odrážení, druhá se přisunuje. Odpichy mohou následovat po každém odrážení nebo i po dvou nebo i více krocích.

Vstup do mírnějšího svahu zvládneme normálními púlkroků s vně vytočenými špičkami lyží, paže se opírají o hole, zabodávané vně lyží, mírně vzadu. Do prudkého svahu stoupáme bočně, postupnými úkroky, hole se zapichují po obou bocích nebo podle charakteru terénu ve směru stoupání.

Sjezd je zpravidla spojen se zatáčením. Základním postojem je mírný předklon s pokrčením nohou, které vyrovnávají při jízdě vlny terénu, kolena jsou u sebe, nohy na stejné úrovni, váha těla spočívá na plných chodidlech. Hole směřují šikmo vzad. Při mírném svahu je možno sjíždět po spádnici, prudší svah zvládneme šikmým sjezdem. Při sjezdu šikmo vytlačíme kolena lehce vpřed a přikloníme je ke svahu, váhu těla přeneseme na lyži níže položenou, vyšší lyži poněkud předsuneme.

Zatáčení je nejobtížnějším úkonem ze základních cviků. Učíme se mu proto na mírném svahu. Nejjednodušším je oblohu ze sjezdu pluhem. Nohy mírně rozkročíme, kolena tiskneme, špičky lyží téměř u sebe, paže vybočeny. Při obratu vlevo předsuneme váhu těla na pravou nohu, levou pokrčíme a přisuneme.

Podobně provádíme převratný oblouk ze šikmého sjezdu, točit se však můžeme vždy jen na vnější stranu (od svahu). Máme-li svah po pravé straně, zatočíme doleva přenesením váhy na levou nohu, pravou lyži vysuneme po ploše šikmo vlevo [do převratu], trup natočíme pravým ramenem mírně vpřed a přeneseme váhu na pravou lyži. Levou nohu přisuneme a sjíždíme tak v novém směru.

### Střelba

Připravit se k obraně vlastní a naučit se ovládat zbraň je stejně nelogické, jako učit se jezdit bez dopravního prostředku. Pionýři se učí základům střelby ze vzduchové pušky, neboť zásady jejího použití se liší od způsobu manipulace s malorážnou nebo velkorážnou puškou či jinou zbraní jen v nepodstatných rozdílech.

Než však vezmeme jakoukoliv zbraň do ruky, seznámíme se dobře s těmito pravidly bezpečnosti:

- cílí zbraň nebereme bez dovolení do ruky,
- s každou zbraní zacházíme s vědomím, že může být nabita,
- ani prázdnou zbraň nemíříme na člověka, zbraň držíme vždy tak, aby ústí její hlavně směřovalo do volného prostoru,
- svou zbraň nikdy nenecháváme ležet bez dozoru,
- střílíme jen na vyhrazeném a střeženém místě,
- nehrajeme si s nabitou zbraní, do povelu „pálit“ se nedotýkáme její spouště,
- zbraň nabíjíme pouze na palebné čáře [palebném stanovišti],
- před střelbou se přesvědčíme, zda se nikdo v prostoru cíle nezdržuje,
- při poruše zbraně v průběhu střelby, při objevení se lidí, zvířat, vozidel v cílovém prostoru, při vztýčení bílého praporu, zaslechnutí varovného křiku nebo povelu, palbu okamžitě zastavíme,
- při přerušení palby uzavřeme pojistku, u zlomovací vzduchovky sklopíme hlaveň, zbraň odložíme a nedotýkáme se jí,
- po ukončení střelby necháme zbraň prohlédnout a vypálíme nenabitou zbraň „ránu jistoty“ namířenou na terč,
- zásadně nestřílíme z poškozené nebo neznámé nalezené zbraně, nestřílíme na náhodné cíle [ptáci, zvěř, motýli apod.],
- při přesunu na střílnici máme zbraň zásadně nenabitou, zajištěnou, při použití hromadného dopravního prostředku máme zbraň v pouzdře nebo jiném bezpečném obalu.

Kdo střílí bez přípravy, dobrých výsledků nedosáhne. Proto se naučíme nejprve zaujímat správné postoje, zalíčit zamíření a spustit. Budeme-li se střelbě věnovat častěji, seznámíme se i s dalšími tají tohoto umění.

Poloha vleže je nejstabilnější, a proto i nejpoužívanější. Lehne si tak, aby podélná osa našeho těla ležela asi 15° šikmo k cíli, nohy jsou rozkročeny, pravá mírně pokrčena.

Při rychlém sjezdu můžeme použít i smyku. Při jízdě šikmo se nadzvedneme šikmo vzhůru, lyži výše položenou vysuneme do mírného převratu, čímž nadlehčíme patky lyží. Pohybem páne a podsunutím pat vně oblohu v okamžiku nadlehčení, se dostaneme do smyku, který nás přenesse do šikmého sjezdu v opačném směru. Tento cvik provádíme na uježděné ploše a pouze s těmi pionýry, kteří zvládli předchozí základy.

Přížení na lyžích se nepoužívá při sportovním zápolení, hodí se však k nepozorovanému pohybu terénem. Rychlejší způsobem je přížení po čtyřech. Položíme lyže vedle sebe, hole zachytíme vázaním lyží bodci vpřed, opěme se rukama o lyže v místě vázání, jednu nohu můžeme vzepřít kolenem o lyži, špičkou druhé se odstrkovat. Při přížení do vrchu nebo v hlubokém sněhu se můžeme odrážet střídavě oběma chodidly nebo koleny.

Přížení položením celého trupu na lyže je poněkud obtížnější, lépe však kryje pohyb, zvláště jsme-li oblečeni do bílého oděvu. Hrudník spočívá těsně před vázáním, odrážíme se rukama i nohama, při přížení ze svahu brzdíme špičkami obou nohou, směr udávají ruce.

Střelba na lyžích musí být zajištěna stabilní polohou. Polohu vleže zaujmeme vybočením špiček lyží vně, předkročením pravé nohy a položením se do břicho. Oběma holeni podložíme své lokty, aby se nezaryvaly do kypřého sněhu. Nohy zůstávají roztaženy, lyže se opírají vnitřními hranami o sněh.

Při střelbě vstoje je poloha nohou obdobná jako při střelbě bez lyží, jako opory však můžeme použít hole, do jejichž poukta provlékneme levou [opěrnou] ruku a tlačíme k zemi.

Nácvik lyžování a dalších dovedností však je vhodně provádět vždy za vedení a dozoru zkušeného instruktora, neboť přináší zvýšenou možnost úrazů. Dbáme zvláště na správné obutí, bezpečné vázání, nepromokavé oblečení a na to, aby pionýři nepřeceňovali své síly a znalosti.

### Pokyny k praktické činnosti

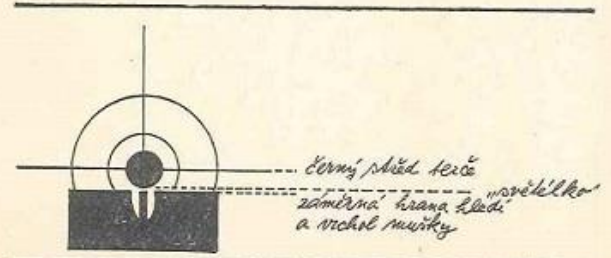
- Uspořádejte základní nácvik lyžování, podle výsledků rozdělte pionýry do skupin začátečnicků a pokročilých.
- Na cvičné louce procvičujte současně jednotlivé dovednosti po družinách. Družiny si postupně pracovitě vyměňují.
- Uspořádejte hru „Na pohraničníky“, v níž pionýři používají nacvičených dovedností.

Pažbu pušky zasadíme pevně do pravého ramene, oba lokty opěme o zem, levou rukou podepřeme pušku v jejím těžišti (bývá vyznačeno žlábkovitým vybráním), pravou uchopíme krček pažby tak, abychom ohlíběli mezi 1. a 2. článkem ukazováčku dosáhli na spoušť. Můžeme-li střílet s oporou [zídko, hrbol země, kmen, stočená pokrývka apod.] opěme o ni hřbet levé ruky držící zbraň nebo zbraň opěme její střední částí o oporu a levou rukou přidržíme shora pažbu poblíž botky [dolní široká část pažby].

Poloha vleže je méně užívána. Kromě sportovních střelb se hodí při střelbě z úkrytu za zdí či kmenem, z okna, okapu. Poklekne na pravé koleno tak, aby levá noha stála holení kolmo k zemi a spočívala na plném chodidle jehož podélná osa směřuje 30–60° vpravo od cíle. Špička pravé nohy se opírá o zem, nohy jsou rozkročeny v úhlu 60–70°. Nárt pravé nohy může být podložen měkkým válečkem, váha těla je rozložena rovnoměrně na chodidlo levé nohy, koleno a patu pravé nohy, na níž střelec sedí. Loket levé ruky se při obvyklém držení pušky opírá o měkkou část levého kolena, hlava je vzpřímena, pravá ruka je uvolněna, aby při spouštění nepřenášela pohyb na zbraň.

Poloha vstoje se zaujímá na střílnici i v boji mírným stojem rozkročným. Podélná osa levého chodidla směřuje mírně vpravo od cíle, chodidla svírají vzájemně úhel 30–40°. Nohy, na nichž je váha rovnoměrně rozložena, jsou napjaté, trup mírně zakloněn k vyrovnání váhy zbraně. Levá paže se opírá loktem o hrud, pravá je uvolněna, zbraně se dotýká

### Přesné zamíření (rovná muška)



pouze tak, aby při stisku spouště nevychylovala zamířeno pušky.

**Zalícení** následuje po zaujetí správné polohy. Pravá tvář spočívá na pažbě tak, aby hlava byla vzpřímena a oko hledělo přímo, nikoliv „z podelbí“, což by bylo znamením toho, že je třeba lokty přisunout, pažbu vsadit hlouběji do ramene. Levé oko bez křečovitého svrání zavřeme, pravým zamíříme.

**Míření** je rozhodující činností pro přesný zásah cíle. Uvádíme při něm střed oka, výřez hledí, vrchol mušky a střed cíle do přímky, které říkáme „záměrná“. Při pohledu přes mířidla musí se krýt vrchol mušky se středem výřezu hledí ve výši jeho záměrných hran a se spodním okrajem černého středu terče. Při míření zatájíme dech, a do 7–8 sekund spustíme. Delší míření způsobuje třes rukou a zvyšuje nepozornost. Dopadají-li naše zásahy příliš vysoko, snížíme hledí nebo míříme o průměrný rozdíl zásahů níže a naopak. Přeložením záměrného bodu odstraníme i zásahy vlevo nebo vpravo od středu cíle.

**Spouštění** musí být plynulé. Dosáhneme toho pozvolným, stále se zvyšujícím stiskem spouště ohbím mezi 1. a 2. článkem ukazováčku. Zásadní chybou je snaha stisknout rychle spoušť ve chvíli, kdy se nám podařilo přesně zamířit. Také křečovitě držení zbraně pravou rukou způsobuje její „strhávání“ a zásahy mimo terč.

#### Použití střeleckých pomůcek

zvyšuje přesnost zásahů. Patří k nim zvláště řemen pušky, podložka střelce, rohož, podložka nártu (bulík), střelecká rukavice, střelecký kabát a kalhoty.

**Řemen** pušky se upraví tak, aby byl upevněn pouze v horním poutku blíže ústí hlavně a na druhém konci vytvořil smyčku, kterou lze podle potřeby zkracovat nebo prodlužovat. Do smyčky řemene se vsune levá paže, smyčka se upevní na paži mezi loktem a ramenem. Zapěstí levé ruky se při zalícení prostrčí řemenem tak, aby přiléhalo hřbetem k řemeni.

**Podložka střelce** brání pronikání vlhkosti a chladu, mává rozměr 1,25 m x 2 m a klade se pod celé tělo.

**Rohož** je určena k podložení loktů ležícího střelce, mává rozměr 50 x 75 cm a výšku 5 cm.

**Podložka nártu** mává výšku 15 cm a vkládá se pod nárt pravé nohy při poloze „vkleče“.

**Střelecká rukavice** je vypodložená „palčák“, který se navléká na levou ruku k zmírnění chvění zbraně.

**Střelecký kabát** má délku saka (bundy), zesílené lokty a místo, ve kterém se opírá o rameno pažba zbraně. Na levém rukávu bývá našit knoflík (nebo poutko) k zaklesnutí řemene.

**Střelecké kalhoty** sahají nejvýše do pasu, mají podložena kolena, nesmějí však mít poutka přes chodidla nebo tkanice či zipy, pevně obepínající nohy.

#### Pokyny k praktické činnosti

- Zpracujte měsíční program střelecké přípravy, v němž bude každodenní nácvik míření, dvakrát týdně zaujímání polohy, jedenkrát týdně ostrá střelba ze vzduchovky, soutěž ve znalostech pravidel zacházení se zbraní.
- Při organizování Dnů mladého obránce vlasti v rámci celostátní branné hry Vždy připraven, zařaďte střelecké soutěže, jichž se zúčastní všichni členové oddílu soutěžního o odznak MOV.
- Uspořádejte výstavku střeleckých pomůcek vyrobených pionýry vašeho oddílu.

#### Branné závody a soutěže

Člověk je tvor společenský a pravou radost má ze svých úspěchů zvláště tehdy, může-li změřit své síly se sobě rovnými a s dosaženými výsledky se pochlubit. Proto existuje řada her, soutěží a závodů, které slouží nejen k pobavení, utužení zdraví a síly, ale i k předvedení získaných znalostí a dovedností, síly, obratnosti a dalších závodních vlastností. Takové závody jsou zařazeny i do podmínek získání zájmového odznaku mladého obránce vlasti.

**Dukelský závod branné zdatnosti (DZBZ)** se pořádá na poměti hrdinských bojů sovětských a československých vojáků v prostoru Dukelského průsmyku, jimiž zahájili přímé osvobozování Československa od fašistické nadvlády.

Základní a místní kola, jež se konají do 30. dubna každého roku, mohou pořádát skupiny PO SSM, školy, ZO Svazarmu a další organizace.

DZBZ má rozdílně dlouhou trať pro různé věkové skupiny. Pro 8–9leté chlapce i dívky měří trať 400 m, pro 10–12leté 600 m, pro 13–14leté 1000 m.

Závod obsahuje běh terénem, překonávání přírodních překážek, střelbu ze vzduchovky a hod granátem do dálky. Překážkami mohou být lávky, úvozy, terénní stupně, potůčky a jiné terénní tvary nebo předměty.

Střelba se provádí ze vzduchové pušky, která je připravena na střelnici, umístěná zpravidla na konci 1. třetiny trati. Obě mladší kategorie střelí pouze 3 rány na 10 m z polohy vleže, chlapci a dívky do 8 let s oporou. Starší kategorie chlapců (13–14 let), střelí ještě 3 rány vstoje. Při střelbě vleže je povoleno použití střeleckého řemene.

Hod granátem má rozdílné vzdálenosti pro věkové skupiny chlapců a dívek.

Věk	Děvčata	Chlapci
8–9 let	7 m	10 m
10–12 let	10 m	20 m
13–14 let	15 m	25 m

Závodník, který splní limit, další granáty nehází, pokračuje v běhu. Kdo nespíná stanovenou vzdálenost ani třetím hodem, musí proběhnout „trestné kolo“, měřící 50 m, nebo je mu připočteno 20 sec. a průměrný čas potřebný k oběhnutí třetního kola.

Závodníci musí být oblečeni tak, aby měli přikryty lokty a kolena, obuv je povolena libovolná, mimo tretrů.

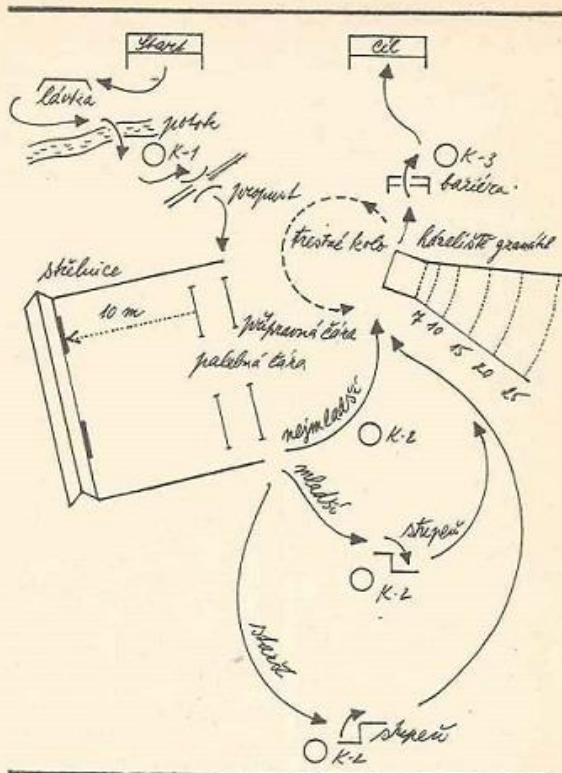
**Sokolovský závod branné zdatnosti (SZBZ)** se pořádá na počest 1. čs. samostatného praporu v SSSR, který u Sokolova svedl svůj první boj proti fašistické přesile.

Také místní a základní kola tohoto závodu mohou mimo jiné složky pořádát i pionýrské organizace a školy.

Závodí se na lyžích na trati, jež měří pro 8–9leté chlapce i dívky 1 km, pro 10–12leté 2 km, pro 13–14leté 3 km. Nemí-li v době konání závodu dostatek sněhu, závodí se bez lyží na tratích o stejné délce jako v DZBZ.

Náplní závodu je pouze běh na lyžích, střelba ze vzduchovky na 10 m obdobně jako při DZBZ.

V DZBZ i SZBZ je rozhodujícím měřítkem výsledku dosažený celkový čas, k němuž se připočítávají třetné sekundy za nižší kvalitu plnění soutěžních disciplín. Za střelbu se nepřipočítává žádný čas při zásahu středu kruhu o průměru 2 cm, 30 třetných sekund obdrží závodník při zásahu mezikruží 2–4 cm, 1 třetnou minutu za každý horší zásah. Vyloučen z závodu bude ten, kdo se chová neukázněně, trénuje na uzavřené trati, neuposlechne rozhodčího, startuje pod cizím jménem nebo nesprávným číslem, přijme při závodu cizí pomoc, vynechá některou z branných disciplín, manipu-



Příklad uspořádání trati Dukelského závodu branné zdatnosti



luje se zbraní v rozporu s bezpečnostními předpisy, zkrátí si určenou trať nebo neprojde kontrolní brankou. Vítězové základních nebo místních kol mohou postoupit do vyšších kol těchto závodů.

**Požárnícký dvojboj** je určen pro devítičlenná družstva chlapců a děvčat ve věku 8–15 let. Soutěží se v zásahu ruční přenosnou stříkačkou a ve uvázání uzlů (tzv. „uzlová štafeta“). Soutěž probíhá v dubnu nebo v květnu.

V první disciplíně nastupuje družstvo v řadě na startovní čáře, vzdálené od bariéry s okenním otvorem 80 X 80 cm ve výši 1,1 m nad zemí. Na povel rozhodčího vyběhne velitel družstva, vypne hlavní vypínač elektrického proudu, umístěný na sloupku vedle bariéry a vnikne oknem do „domu“ k provedení průzkumu. Svou znalost prokáže správnou odpovědí na vylosovanou otázku, pak se vrátí oknem zpět a postaví na podstavec po obou stranách bariéry pyramidu vždy ze šesti plechovek (3–2–1). Na jeho povel „útokem vpřed!“ vyběhne družstvo, rozdělené do dvou čtyřčlenných skupin s vědry a ručními stříkačkami a z vymezené vzdálenosti se snaží proudem vody plechovky srazit. Činnost končí sražením všech plechovek nebo vyčerpáním vody. Hodnotí se čas, naměřený od povelu rozhodčího, přičítají se trestné sekundy (ztrátové body) za nesplněné úkoly takto:

– neprolezení velitele oknem	10 sec.
– každá nesražená plechovka	5 sec.
– nesprávná odpověď velitele	30 sec.
– nekázeň (strkání, mluvení, neslušnost)	
– při zásahu za každý případ	5 sec.
– nevypnutí elektrického proudu	30 sec.

K druhé disciplíně – uzlové štafety si vylosují členové družstva jeden z následujících uzlů: lodní smyčku, záchranný uzel, plochou spojku, horolezecký uzel. Kromě záchranného uzlu se všechny uzly opakují. Po vylosování se družstvo postaví na vyznačenou čáru a na povel rozhodčího začne člen vázat vylosovaný druh uzlu. Po ukončení odstoupí, činnost zahájí další člen družstva. Lodní smyčky a tesařské uzly se váží na připravené, na podstavcích upevněné kolký, ostatní volně na stole. Po odstoupení již nesmí závodník uzel opravovat nebo doplňovat.

Hodnotí se dosažený čas od povelu „Vpřed!“ vydaný prvnímu závodníkovi, přičítají se trestné sekundy:

– za neznalost nebo nesprávné uvázání uzlu	15 sec.
– za mluvení (každý případ)	5 sec.
– za uvázání uzlu jiným členem družstva	15 sec.

## Hry, soutěže a dovádění

### Cesta důvtipu

Hlídky, složené z 5 pionýrů, vybavené mapou a busolou, mají za úkol překonat určenou trať, jejíž osu se dovídají postupně podle plnění úkolů.

Ze startovního místa vyrazí společně podle zadaného azimutu a orientačních bodů. Na 1. zastávce obdrží otázku z historie bojů za osvobození. Při správné odpovědi obdrží pokyny k další cestě (azimut, plánek apod.) Na další zastávce odhadují vzdálenost. Při menší chybě než 15 % dostanou pokyn k dalšímu plnění úkolu. Nesplní-li limit 15 % (na prvním stanovišti při nesprávné odpovědi), opakují pokus (na 1. stanovišti dostávají další otázku), dokud se jim podmínku nepodaří splnit. Po uběhnutí 100 m hází granátovou atrapou (kamenem) na cíl o průměru 2 m, ze vzdálenosti 12 m (starší pionýři 15 m). I zde je podmínkou obdržení dalších pokynů k cestě splnění úkolu, jinak musí úkol opakovat. Dalšími překážkami mohou být např. ošetření raněného, přesun raněného, otázky ze zdravotní (první pomoci), vyhledání stopy, určení směru postupu narušitele, správné určení osoby podle předaných znaků apod. Vítězí družstvo, které se jako první po zdolání všech úkolů dostane k cíli. Hra dává velké možnosti uzpůsobení podle skutečných podmínek místa, pomůček a věku pionýrů.

### Osvobodte zajatce

Oddíl se rozdělí do tříčlenných družstev, vybavených papírem, tužkou a šesti granáty (atrapy, kameny, šišky). Na počet družstev vybere vedoucí „zajatce“. Pomocník vedoucího zaveze zajatce na neznámé místo, vzdálené 2–4 km od základny. Družstva si zvolí své velitele, případně si rozdělí úkoly. Vedoucí oddílu shromáždí družstva, ukáže na mapě (plánu), kde jsou zajatci drženi a do kdy musí být osvobozeni, neboť jinak mají být popraveni.

Na povel vedoucího si družstva zpracují náčrt pochodové osy, zorientují se v terénu a vyrazí osvobodit zajatce. Postupují co nejrychleji podle náčrtu, překonávají přírodní nebo umělé překážky (padlé kmeny, potok, bažina, roklina, strž, drátěné překážky apod.). Po přiblížení se k zajatci narazí na „nepřítele“, ukrytého v okopech. Ze vzdálenosti 12–15 m jej musí zničit alespoň 1 granátem. Počítá se zásah kruhu o průměru 2 m.

– za předčasně započetí činnosti (každý případ) 10 sec. Celkový součet času rozhoduje o pořadí družstev, vítězí družstvo s nejkratším dosaženým časem.

### Pokyny pro praktickou činnost

- Nacvičte v letním období jednotlivé disciplíny branných závodů, zvláště vytrvalostní běh, překonávání překážek a hod granátem.
- Uspořádejte základní kolo DZBZ nebo SZBZ (požárníckého dvojboje).
- Přihlaste nejlepší družstvo do okresního kola závodu.

měru 2 m. Po zásahu osvobodí zajatce a vrátí se s ním co nejrychleji na základnu. Úkol může být ztížen dopravou „raněného“ zajatce nebo dopravou ukořistěného materiálu (batoh, spací pytel, stan apod.). Vítězí družstvo, které se jako první v plném počtu a se zajatcem vrátí zpět.

### Zadržte narušitele

Vedoucí oddílu svolá pionýry, rozdělí je do hlídek (dvojic, trojic) a oznámí jim, že podle zpráv SNB (PS, LM) se v okolí potuluje narušitel, který překročil hranice a snaží se v místě ukrýt nebo se dostat do vnitrozemí. Udá místo, kde byl narušitel spatřen a seznámí pionýry s popisem. (Výška, barva a délka vlasů, tvar hlavy, nosu, oblečení, obuv, zvláštní znamení apod.). Uvede komu a kam má být o narušiteli podána zpráva.

Hlídky vyhledají místa, kde byl narušitel viděn a pokouší se odhalit stopu. Postupují po stopě, snaží se objevit narušitele tak, aby samy nebyly spatřeny.

Narušitel (pomocník vedoucího) postupuje terémem zanechává stopy, cestou změnil nepodstatné rysy svého zjevu (nasadí si čepici, svlékne část oděvu, maskuje se). V době, kdy může být dostižen, zdržuje se mezi jinými lidmi.

Hlídky se snaží narušitele rozpoznat podle popisu a podají o něm zprávu. Na místo se dostaví „příslušník SNB (PS, LM)“ a jde-li o správnou osobu, „narušitele“ zadrží. Družstvo, které napomohlo k správnému odhalení a dopadení narušitele, zvítězí.

### Hoří

3–5členná družstva pionýrů se shromáždí na určeném místě. Na signál „HOŘÍ“ se pionýři rozběhnou po okolí, aby zjistili místo požáru podle dýmu nebo jiných příznaků. Odeberou z určených stanovišť (počet stanovišť podle počtu družstev) hasební prostředky (lopaty, kbelky, tlumice, háky apod.) a vyrazí k ohni. Oheň hasí za pomoci donesených i improvizovaných prostředků (např. větve, písek, hlína) nebo vyhledáním vodního zdroje a jeho využitím. Rozhodčí boduje včasnost dorážení družstva k ohni (první 5 bodů, druhé družstvo 4, atd.), účinnost a organizovanost zásahu (5–0 bodů). Družstvo, které získá největší počet bodů, zvítězí.

### Zachránce

Pionýři se rozdělí na tří- až pětičlenná družstva, vybavená zdravotní brašnou a provazem.

Organizátoři hry vyberou trať dlouhou 400–500 m, na níž

jsou [nebo se vybudují] různé překážky, jako např. lávka přes potok nebo roklí, průlez pneumatikou, betonovým potrubím nebo drátěnou překážkou, bariéra z prken nebo jiného materiálu 1—1,5 m vysoká, případně další. Přibližně uprostřed trati, ve vhodném místě, kde nemůže dojít k rozšíření požáru, vytvořte požářiště, kde se před příchodem každého družstva zapálí oheň. Na konci trati značí figurant (instruktor nebo určený pionýr) raněného. Na prsou má umístěn lístek s popisem poranění, např. „popáleniny na ruku, zlomená levá noha, tržná rána na hlavě“.

Družstva startují v časovém odstupu 10—15 minut, pomocníci rozhodčího sledují, zda všichni členové družstva řádně překonávají překážky a neobcházejí je. Členové družstva si mohou pomáhat, společně hasí oheň prostředky, které najdou v blízkosti (písek, zemina, voda z potoka, staré pytle apod.). Po objevení raněného zabezpečí první pomoc a přepraví raněného do určeného místa (50—70 m), kde rozhodčí značí dobu doražení. Za nesplnění úkoly nebo chybné ošetření udělují pomocník rozhodčí trestné sekundy. Vítězí družstvo s nejlepším časem.

#### Závod bystrosti

Pro závod se připraví trať vedená členitým pokrytým terénem v délce 4—6 km. Na trati určete v nepřehledných místech kontrolní body, jimiž budou závodníci nebo dvoučlenné hlídky probíhat a na nichž budou řešit stanovené úkoly.

V kontrolním bodě 1 (K-1) budou řešit úkoly ideového charakteru. Úkol může být dán například tak, že závodníci musí podle pěti vyvěšených obrázků poznat, o kterého národního hrdinu jde. Uhodnou-li alespoň jednoho, obdrží pokyn k přesunu k dalšímu kontrolnímu bodu (K-2). Za každou další správnou odpověď obdrží poukazku na 20 záporných sekund, které se jim nakonec odečtou od celkového času. Nepozná-li ani jednoho hrdinu, zatíží se šedesáti trestnými sekundami, které si „odpykají“ přímo v kontrolním bodě.

V K-2 mohou řešit další úkol, jako např. odhad vzdálenosti pěti různých terénních předmětů. Podmínky jsou obdobné jako v K-1, za správný odhad se počítá ten, jehož rozdíl od skutečné vzdálenosti není větší než 20 %.

V K-3 se vydají směrem podle slovně udaného azimutu, kerý vyhledají podle busoy.

V K-4, který může být od K-3 vzdálen 500—700 m, luští zašifrovanou zprávu podle vydaného klíče. Z rozluštění se dovědí, kudy mají pokračovat ke K-5 a jaké překážky (lanová překážka, příkop, průlez, plot apod.) musí zolat. Nevyluští-li

zprávu do 10 minut, pokračuje v cestě podle rady rozhodčího. U překážek sledují rozhodčí, zda se závodník překážce nevýhnul, za nepřekonání překážky se pozdrží o 60 sekund.

V K-5 se dozví, že má dále postupovat podle dopravních značek, jimiž je správná cesta označena. Setká se se „zákazem vjezdu“, „zákazem vjezdu do jednosměrné ulice“, „slepu ulicí“, s „příkázaným směrem“ nebo může obdržet písemný pokyn, v jakém pořadí podle jakých značek má postupovat. Nepokračují-li značky na cestě, kterou si závodník zvolil, vrací se a pokusí se vybrat značku správnou.

V K-6, ke kterému se dostane podle dopravních značek, se setká s hasicími přístroji nebo alespoň s jejich obrázky či názvy. Vybere si otázku, kde se dozví, jaký objekt nebo předmět hoří (uhlí ve slepě, sláma, rozlitá nafta, transformátor, truhlářská dílna apod.) a podle toho zvolí hasicí přístroj. Za správnou odpověď může pokračovat v cestě, vybere-li si další otázku a správně odpoví, za každou správnou odpověď obdrží poukazku na 20 odpočtových sekund.

V cíli se měří skutečně dosažený čas, rozhodčí pak odečtou podle předložených poukázek záporné sekundy. Porota sestaví tabulku pořadí závodníků (hlídek), z nichž první tři budou slavnostně vyhlášeni.

Závod podle místních, časových, terénních podmínek nebo i podle vyspělosti závodníků, může být upraven nebo doplněn dalšími brannými disciplínami.

#### Únik

Pionýři se rozdělí na 2 stejně velké skupiny. V terénu do vzdálenosti 3—5 km na všechny strany se stanoví „základny“ (5—10), na nichž se mohou uprchlíci ukrýt.

Z vchozího místa, jež je dobře zvolit kdesi uprostřed mezi základnami, vyrazí skupina uprchlíků, za ní v intervalu 3 minut (nebo na vzdálený dohled asi 500 m) vyběhnou pronásledovatelé, kteří uprchlíky sledují podle stop, hluku a všemi dalšími způsoby.

Uprchlíci se snaží zbavit svých pronásledovatelů nejen rychlým postupem, ale zvláště matením stop, klíčováním, ukrytím a jinou lstí. Uprchlíci se mohou dočasně rozděliti, pronásledovatelé postupují společně. Podaří-li se uprchlíkům dosáhnout některé ze základen nejméně 10 minut před příchodem pronásledovatelů, zvítězili. Nepodaří-li se uprchlíkům odputat se od pronásledovatelů do 1 hodiny, nebo dotkne-li se kterýkoliv pronásledovatel kteréhokoliv uprchlíka, uprchlíci prohráli. Rozhodčí postupuje s uprchlíky.

#### Cyklistické rallye

Závod je určen pro pionýry-cyklisty. Vybereme trať dlouhou 7—10 km, vedoucí odlehilými, avšak zajímavými místy, která stojí za poznání. Pozoruhodnými místy, s nimiž se mají závodníci seznámit, mohou být např. památníky, rodné domy významných osob, výrobní závody, družstva, hřiště, rozličné stavby, bydliště nebo pracoviště funkcionářů MNV, lékařů, sester ČsČK, ohlašovny požárů apod. Pro účastníky závodu určete podmínky (ústrojí, vybavení kola) a připravte pro ně itineráře (písemné pokyny), a sjezdějí z prudšího svahu. Za neprojeté branky každým závodníkem zatěžuje se hlídka dvaceti trestnými sekundami, které si odpykají přímo u kontroly na místě. Při dojezdu k drátěné překážce (která může být na-

Závodníci si vylosují pořadí a podle něj pak vyjíždějí za sebou v pětiminutových intervalech. K celkovému splnění akce může být stanoven čas 1,5—2 hodin podle obtížnosti úkolů. V 1. pokynu se například dozvědí, že mají „jet po ní cestou na severovýchod, po pěti stech metrů odbočit přesinou k okraji lesa, zjistit a jako I. odpověď zapsat do záznamního listu, ke kterému hraju vede červeně značená turistická cesta“. V dalším pokynu může být uveden návod, jak se dostat na okresní silnici a úkol „zapsat správný název dopravní značky, která je umístěna ve směru k okresnímu městu“. Další pokyny určují další cestu a úkoly, dokud se závodník nedostane k cíli. Takovýto úkolů může být kolem dvaceti. Dodržení stanoveného časového limitu a správnost odpovědí vyhodnotí porota, která uděluje podle obtížnosti úkolů trestné minuty. Za dojezd do časového limitu se nepočítá ani neodčítá žádný čas, za překročení stanoveného limitu se připočtou trestné minuty podle skutečně překročené doby. Jezdec s nejmenším počtem trestných bodů (tedy s nejlepším časem), zvítězil. Rozhodčí vyhodnotí i pořadí ostatních závodníků.

#### Závod lyžařů

Pro závod vybereme trať v hlubším sněhu v délce 5—7 km, ve zvlněném terénu. Jedna třetina by měla být rovinná s drobnými překážkami, v druhé třetině sjezd s brankami, průlez drátěnou překážkou, pneumatikami nebo jiným otvorem, v poslední třetině stoupání a házelistě granátů.

Závodí tříčlenné hlídky na lyžích, rozhodující je celkově dosažený čas. Hlídky vyběhají na povel startéra, který zachytí přesný čas, překonávají co nejrychleji první část dráhy, pomáhají si při překonávání překážek (nízký plot, úzký potůček, úvoz, lávka apod.) a sjezdějí z prudšího svahu. Za neprojeté branky každým závodníkem zatěžuje se hlídka dvaceti trestnými sekundami, které si odpykají přímo u kontroly na místě. Při dojezdu k drátěné překážce (která může být na-

hrazena několika do poloviny zahrabanými pneumatikami], odepnou lyže a plíží se po břiše na lyžích. Vyhnutí se této překážce se zatěžuje třemi trestnými minutami za každého závodníka. Při stoupání si mohou pionýři pomáhat, nesmí však sejmut lyže. V dalším bodě dráhy obdrží každý závodník heslo, složené z pěti slov. Po překonání další části trati se dostane ke granátovým terčům. Rekne-li správně heslo, dostane i granátovou atrapu, za každé zapomenuté nebo chybné slovo zopakované hesla dostane další granát. Granáty z polohy vstoje pak hází na terč o průměru 2 m ze vzdálenosti 12 (starší pionýři 15) metrů. Za dopad každého granátu mimo terč je zatížena hlídka 20 trestnými sekundami, o které je přímo u házelistě rozhodčím pozdržena. Trestný čas si hlídka odpykává až po dopadu posledního granátu, hozeného posledním příslušníkem hlídky. Vítězí družstvo, které za nejkratší čas vjede do cíle.

#### Hlídní vody

Tuto hru je možno uspořádat buď v pokrytém (zalesněném, přerývaném) terénu nebo třeba i na hřišti. Z oddílů vyberte 2 strážné, ostatní se stávají útočníky. Strážní jsou vybaveni stříkačnými pistolemi (tubami od šampónu nebo třeba jen kalíšky či hrnečky), a mají možnost čerpat vodu z vědra nebo z jiného zdroje. Jejich úkolem je střežit kelímky s vodou, rozestavené na různých místech, vzdálených od středu hlídáního prostoru 10—15 m. Útočníci se snaží jakýmkoliv způsobem zvrhnout kelímky. Používají k tomu ruku, nohu, provazu, papírových koulí, nesmí však házet kamením nebo jinými předměty, jimiž by mohli strážného zranit. Útočník je vyfazen, jakmile je zasažen vodou, sporné případy řeší rozhodčí. Hráči se střídají, vyhrávají strážní, kteří uhájili největší počet kelímků a vyřadili všechny útočníky. Při hře v pokrytém terénu používají útočníci lsti a krytu, na hřišti se snaží přiblížit se k cíli lákáním strážných, rychlostí a uhýbáním.

#### Požár

Pro tento závod připravíme dráhu s úzkým dveřním nebo okenním průlezem, nádrž (vaničku, umývadlo) s vodou, cílovou plochu se třemi nízkými svíčkami, pevně zasazenými do země nebo do jiné pevné podložky v tvaru rovnostranného trojúhelníka o straně dlouhé 50 cm. Dále budou závodníci používat tušice, hrnečku, běžného obnada a trojčepého šátku.

Závodníci se rozdělí do pětičlenných družstev a vylosují si pořadí. První družstvo vyrazí k „ohni“ na signál HOŘÍ, další

družstva je následující ve vylosovaném pořadí v pětiminutových intervalech. Úkolem družstva je protáhnout se průlezem, namočit tlumicí nebo nabrat vodu do připraveného hrnečku a ze vzdálenosti 2 m uhasit „oheň“ [všechny 3 svíčky], vyhledat raněného, vynést ho z ohroženého prostoru zpět za průlez a poskytnout mu první pomoc ovázáním předloktí a zavěšením paže na trojicípy šátek. Za neuhášení každé svíčky se ke skutečně dosaženému času připočítává 10 trestných sekund, za každý dotek země při vynášení raněného, rovněž 10 sekund, za nesprávné ovázání a zavěšení paže 5–20 sekund. Vítězí družstvo, které splní úkol v nejkratším čase.

#### Hranice

Pro tuto hru vybereme „hranici“ v pokrytém, přerývaném terénu. Vhodné je, aby prostředí bylo různorodé (les, louka, keře, rovina, úvoz). Hranice je vymezena dvěma výraznými body (např. křižovatka cest, průsek, okraj lesa, potok apod.), neměla by však přetínat větší komunikace ani běžně používané cesty.

Pionýři se rozdělí na skupinu „pohraničnicků“ a menší skupinu „narušitelů“. Na pokyn rozhodčího odejdou narušitelé stranou tak, aby neviděli do prostoru hranice. Pohraničníci si pečlivě prohlédnou terén, aby přesně poznali jeho charakter a zvláštnosti a podle místních možností a svého důvtipu připraví nástrahy. Pro tuto činnost mají vymezen čas 20 minut. Po jeho uplynutí se pohraničníci shromáždí mimo prostor hranice tak, aby neviděli ani neslyšeli, co se v prostoru hranice děje. V té době musí narušitelé přejít hranici v jediném místě (za sebou) a snažit se nezanechat po sobě stopy. Po splnění úkolu vydají smluvený signál (hvízd, zatroubení, zvonění), na který pohraničníci zahájí pátrání. Jejich úkolem je najít stopu a vyznačit místo „proryvu“. Podaří-li se jim to, vyhráli a někteří z nich vystřídají narušitele. Jestliže nepoznají místo přechodu, hra se opakuje.

#### Na zajatce

Pionýři se rozdělí na tříčlenné hlídky, které se utkají ve vylučovací soutěži. Zápolí vždy dvojice hlídek tím, že ze svého středu každá hlídka vybere „zajatce“, kterého odešle k soupeřům. Rozhodčí vydá oběma hlídkám 1,5 m dlouhý provaz, kterým musí být zajatce do 3 minut co nejpevněji spoután. Na další povel rozhodčího se začnou zajatci vyprošťovat a snaží se dostat co nejrychleji ke své hlídce. Hlídka, která je po osvobození zajatce jako první úplná, zvítězila a utká se s další postoupivší hlídkou.

286

Pionýři odhadují dobu, po kterou jsou ukryti, počítají s cestou, kterou musí vykonat a přizpůsobují předpokládanému času i rychlost pochodu.

V cílovém bodě je očekává rozhodčí, který přesně zaznamenává čas příchodu. Hráči, kteří dorazí k cílovému bodu s nejmenší časovou odchylkou, zvítězili. Rozhodčí stanoví pořadí hráčů nebo skupin podle přesnosti odhadů.

#### Poklad

Vedoucí vyznačí ve volném prostoru stanoviště (kolík, kruh z kamenů) a ve vzdálenosti několika desítek metrů zakope (ukryje) „poklad“, jímž může být např. láhev se zprávou, krabice od polárkového dortu apod. Pak přesně změří vzdálenost a azimut ze stanoviště k ukrytému pokladu.

Soutěžící jednotlivci nebo hlídky se shromáždí na stanovišti, dostanou busoly a vedoucí jim oznámí azimut a vzdálenost místa, kde je poklad ukryt. Po změření azimutu vyrazí soupeři co nejrychleji na cestu a v určené vzdálenosti naměřené libovolným způsobem (kroky, dvojkroky, odhad, šířková nebo dílcová metoda) hledají poklad. Ten, komu se to povede, zvítězil. Odměnou může být dobrý obsah ukrytého pokladu nebo titul „hledáče pokladů“.

#### Štvanice

Pionýři se rozdělí na „stádo jelenů“ a „lovce“. Jeden ze „stáda“ je určen za jeho vůdce, který od lovců dostane úkol, kam se má dostat. Musí to být některé ze známých míst, vzdálených 3–4 km.

Jelen se vydá na cestu za určeným cílem a smluveným nenápadným způsobem značí svému stádu cestu. Lovci postupují v odstupech nejméně 50 m za jelenem a snaží se zmařit jelení stopu nebo klást stopu klamnou, aby stádo zabloudilo. Lovci se mohou rozdělit na skupinky i jednotlivce. Jelen naopak může lovců klamat i falešným značením cesty, aby zastílel skutečné stopy. Dohodnutá stopa se stádem se také může v průběhu cesty měnit, nebo může být použito současně i dvojího značení.

Stádo vyráží za 10 minut po odchodu jelena a sleduje smluvenou stopu. Podaří-li se stádu postupovat po stopě a do 15 minut od doby, kdy jelen dorazí na určené místo jej dostihnout, stádo jelenů vyhrálo. V opačném případě zvítězili lovci a obě skupiny si vymění úlohy.

#### Setkání

Těto hry se mohou zúčastnit jednotlivci, dvojice nebo skupiny pionýrů. Spočívá ve správném odhadu času, vzdálenosti a rychlosti.

Pionýři, kteří nesmí mít hodinky, se rozmístí jednotlivě, ve dvojicích nebo skupinách v okolí známého bodu (vrchol kopce, chata, hrad apod.) ve vzdálenosti kolem 1–2 km. Jejich úkolem je vyjít za 30 minut ze svých úkrytů a v přesně stanovenou dobu (např. v 16.30 hod.) dorazit k vyznačenému cíli.

287

## Slovníček použitých méně známých výrazů

### Kapitola: Poznáváme naši slavnou historii i současnost

- Antifašista** — bojovník proti fašismu
- Baterie** — palebná jednotka dělostřelectva (zpravidla 6 děl)
- Brigádní generál** — dřívější nejnižší generálská hodnost, odpovídá dnešní hodnosti generálmajora
- Buržoazie** — vládnoucí třída v kapitalistické společnosti, vlastní výrobní prostředky a žijící z námezdní práce dělníků
- Církevní hierarchie** — společnost církevních hodnostářů, lišících se podle hodnosti
- Demokracie** — vláda lidu, určitá forma vlády, lišící se v různých společnostech podle vládnoucí třídy
- Elitní** — vybraný, kvalitní (například elitní oddíl, jednotka apod.)
- Esesák** — příslušník bývalých nacistických oddílů SS, které vynikaly neobyčejným fanatismem a krutostí
- Fašismus** — diktatura nejreakčnějších živlů buržoazie, vyznačující se otevřeným násilím, potlačováním všeho pokrokového
- Feudální nadvláda** — nadvláda šlechty nad obyvateli venkova
- Fronta** — přední okraj pásma bojové činnosti vojsk
- Generální stávka** — organizované zastavení práce v rozsáhlém měřítku, jako vyvrcholení boje za dosažení hospodářských nebo i politických požadavků
- Hákovnice** — středověká těžká ručnice ráže 15–25 mm, opatřená pod ústím hlavně hákem k zapření a zamezení zpětného rázu
- Houfnice** — dělo s kratší hlavní a s kratším dostřelem
- Ilegální** — nezákonný, zákonem nepovolený
- Imperialismus** — nejvyšší stádium kapitalismu, úsilí o světovou vládu
- Interbrigadisté** — příslušníci mezinárodních protifašistických brigád ve španělské občanské válce
- Interventí** — příslušníci vojenských jednotek, násilně zasahujících do záležitostí jiných zemí
- Intriky** — pikle, pletichy, úskoky
- Khaki barva** — zelená s příměsí hnědé

288

289

**Kontrarevoluce** — snaha zvrátit revoluci, zpravidla násilnými prostředky  
**Korouhev** — prapor, vybihač do jednoho cípu, obyčejně se znakem  
**Legionář** — příslušník legií (dobrovolného vojenského útvaru)  
**Letka** — základní taktická jednotka letectva. Skládá se z několika rojů  
**Militarizace** — podřizování života, průmyslu, výchovy, kultury apod. vojenským potřebám a zájmům  
**Motiv** — základní charakteristická složka skladby  
**Ofenzíva** — rozsáhlá vojenská útočná akce  
**Okupace** — násilné vojenské obsazení cizího území  
**Paradesantní** — výsadkový  
**Praporec** — jezdecká korouhev (nevelká čtvercová vlajka)  
**Profese** — odbornost, povolání  
**Proletářský internacionálistismus** — přátelství a spolupráce dělníků celého světa  
**Protektorát** — označení okupovaných českých zemí fašistickým Německem  
**Psychologický** — zabývající se duševními jevy a stavy lidí; mající vliv na myšlení a city člověka  
**Rada lidových komisařů** — sovětská vláda  
**Salva** — hromadný výstřel  
**Standarta** — nevelká čtvercová vlajka  
**Sudice** — středověká bodná zbraň s hrotem a dvěma postranními háky  
**Stábní kapitán** — dnes již neexistující vojenská hodnost, vyšší než kapitán, nižší než major  
**Tarasnice** — malé husitské dělo (dnes protitanková zbraň)  
**Téma** — hlavní vedoucí myšlenka díla  
**Titulek** — nadpis článku  
**Tradice** — ustálené zvyklosti, způsoby, názory, zachovávané generacemi  
**Zástava** — vojenská vlajka  
**Zeman** — vlastník pozemků, příslušník nižší šlechty

#### Kapitola: Připravujeme se k obraně vlasti

**Akustický** — zvukový  
**Azimut** — úhel, který svírá svislá rovina s rovinou poledníku  
**Cesno** — otvor, jímž včely vletají do úlu  
**Diverzant** — záškodník, provádějící sabotážní nebo jinou škádčovskou činnost  
**Dozimetrický přístroj** — přístroj na měření množství a intenzity radioaktivního záření

270

**Mechanický** — pracující na základě fyzikálních vlastností  
**Právní norma** — norma jednání, chování, stanovená státem (zákon, vládní nařízení apod.)

#### Kapitola: Pomáháme chránit životy a majetek před požáry

**Disciplína** — druh branné, sportovní nebo tělovýchovné činnosti  
**Expozice** — předměty (soubor předmětů) vystavené na výstavě nebo v muzeu  
**Halogen** — velmi reaktivní chemický prvek, snadno slučitelný s kovy  
**Instituce** — zařízení, orgán, ústav  
**Koeficient** — stálá hodnota, jíž se dělí nebo násobí jiná naměřená hodnota  
**Manovakuometr** — přístroj na měření podtlaku (vakua)  
**Organické látky** — látky obsahující uhlohydráty  
**Patent** — výlučné právo k využití vynálezu, právně chráněný vynález  
**Proudnice** — kovový nástavec hadice na usměrnění proudu vody  
**Rafinerie** — závod na čištění (nafty, cukru, apod.)  
**Rozdělovač** — zařízení, rozdělující proud vody  
**Rozeta** — kovový kroužek, knoflík, cvoček  
**Rad** (vodovodní) souhrn potrubí a vodovodních zařízení  
**Statut** — souhrn předpisů pro zřízení a jednání nějaké instituce  
**Systém** — způsob uspořádání nějakého celku  
**Ventil** — zařízení, řídící velikost průtoku nebo zastavující průtok v potrubí

#### Kapitola: Pečujeme o své zdraví a pomáháme druhým

**Adaptace** — přizpůsobení  
**Aktivní** — činný  
**Ambulantní** — pohybující se, docházející na léčení  
**Anatomie** — nauka o stavbě a skladbě organismu  
**Antidota** — látky s opačným účinkem (např. protijedy)  
**Antiseptický** — ničící choroboplodné zárodky  
**Arteria** — tepna  
**Asanace** — ozdravení, zlepšení okolí člověka po hygienické stránce  
**Biologie** — věda o životě a vlastnostech živých organismů  
**Deformace** — porušení původního tvaru  
**Dentální** — zubní

272

**Induktor** — ruční strojek k přeměně mechanické energie v elektrickou v polním telefonním přístroji  
**Klasické nálož** — výbušný materiál bez použití jaderných prostředků  
**Klíč** — údaje pro způsob sestavení nebo vylouštění šifry  
**Krátká dávka** 2–5 ran při jediném stisknutí spouště samopalů nebo kulometu  
**Latrina** — dočasný záchod bez odtoku, zpravidla jen jáma vyhloubená v zemi  
**Legenda** — vysvětlivky na mapě nebo plánu, náčrtu  
**Náhradní služba** — vojenská služba, trvající 5 měsíců, která nahrazuje výkon dvouleté základní služby  
**Optický** (prostředek) — působící na zrakový vjem  
**Ponton** — plochá pramice k sestavování říčních přechodů (pontonových mostů)  
**Pronikavá radiace** — záření, vznikající při výbuchu atomové zbraně, pronikající různými materiálem  
**Radioaktivní látka** — materiál, vyzařující radioaktivitu (paprsky beta)  
**Radioreleová stanice** — radiostanice šířící vysílací vlny určitým směrem  
**Ráž** — průměr vývrtu hlavně (udává se zpravidla v mm)  
**Rickettsie** — choroboplodný zárodek přechodného typu mezi bakteriemi a prvky, způsobující některá infekční onemocnění  
**Systematický** — soustavný  
**Tampon** — svítek vaty nebo gázy (případně jiného pomocného materiálu)  
**Toxiny** — jedovaté látky, vyvolávané nebo vylučované bakteriemi, zvířaty nebo rostlinami  
**Trigonometr** — základní vrcholový bod trojúhelníku při měření terénu  
**Závorák** — součást kulometu, uzavírající před výstřelem hlavň

#### Kapitola: Seznamujeme se s ochranou státních hranic

**Diplomat** — státní úředník, pověřený zastupováním svého státu  
**Dvojlinka** — kabel o dvou vodičích  
**Charakteristika** — vytučení charakteru, uvedení hlavních rysů a vlastností určité osoby, terénu, prostředí, národa apod.  
**Koncepce** — pojetí, chápání  
**Kontrastní** — ostře se odlišující  
**Konzulát** — úřad na území cizího státu

271

**Dezinfekční** — ničící choroboplodné zárodky  
**Diagnóza** — určení choroby nemocného člověka  
**Dispense** — bezplatná lékařská porada  
**Fyziologie** — nauka o funkcích organismu  
**Glycidy** — cukry (sacharidy)  
**Hygiena** — obor, zabývající se ochranou zdraví a opatřeními, která ji zabezpečují  
**Hypofýza** — žláza s vnitřní sekrecí (vyměšováním), uložená na spodní části mozku, nazývaná též „podvěsek mozkový“  
**Improvizace** — jednání bez přípravy, z okamžitého nápadu, použití nouzových, momentálně dosažitelných prostředků  
**Infekce** — nákaza, přenesení choroboplodných zárodků z jednoho organismu na druhý  
**Isolace** — odloučení od ostatního kolektivu  
**Inkubační doba** — doba mezi prvním stykem s nákazou a objevem se prvních příznaků nemoci  
**Karanténa** — dočasná izolace jako ochrana proti infekčním nemocem  
**Kontaminovaná voda** — voda znečištěná mikrobiální infekcí  
**Konstituce** — souhrn povahových a tělesných znaků jedince  
**Likvidace** — odstranění, zničení  
**Pasivní** — trpný, nečinný, netečný, nezúčastňující se činnosti  
**Patologický** — chorobný, odlišný  
**Prevence** — činnost, jíž se něčemu předchází (např. nákaze)  
**Sepse** — chorobný stav, vyvolaný proniknutím mikrobů do krevního oběhu, otrava krve  
**Sterilní** — bez choroboplodných mikroorganismů  
**Transfúze** — převedení krve z těla jednoho do těla druhého člověka  
**Transmisivní infekce** — nákaza, přenášená členovci (vší šatní, blechou, klíštětem)  
**Transport** — přeprava, převoz, přenesení  
**Vena** — žíla

#### Kapitola: Pěstujeme tělesnou zdatnost

**Atrapa** — napodobenina  
**Blokování** — zabraňování  
**Botka pažby** — široká část pažby, přiléhající k ramenu. Bývá vroubkovaná nebo okovaná  
**Driblování** — vedení míče (touše) opakovaným dotýkáním  
**Holeň** — přední část nohy mezi kolenem a kotníkem  
**Hýždě** — zadní část těla, svalová část, pokrývající pánev  
**Konzumovat** — spotřebovávat  
**Krajnice** — nepevný okraj silnice

273

**Krček pažby** — nejužší místo na pažbě  
**Lanová lávka** — 2 vodorovně napjatá lana s rozdílem výšky asi 1,5 m  
**Levý hák** — úder pěstí, vedený obloukem zleva (levou rukou)  
**Odbočka** — přeskok překážky s oporou jedné ruky, s oběma nohama do jedné strany  
**Partie těla** — částí těla  
**Přednos** — přednožení obou nohou při svísu  
**Přivrat** — poloha lyží patami od sebe, oblouk  
**Rychlý sněh** — sněh hladký, ulehlý, silně kluzký  
**Skok plavmo** — po odrazu snožmo cvičenec letí vzduchem dopadá na ruce, cvik zakončí kotoulem vpřed  
**Stoj spatný** — paty nohou jsou u sebe, špičky na šířku chodidla od sebe  
**Stoj spojný** — paty i špičky nohou jsou u sebe  
**Šplh s přirazem** — s použitím nohou  
**Volní vlastnosti** — vlastnosti, založené na vůli, řízené vůli  
**Vozovka** — část silnice, vyhrazená pro jízdu vozidel  
**Vzpor dřepmo** — nohy skrčeny, napjaté ruce se opírají dlaněmi o zem  
**Vzpor ležmo za rukama** — napjaté ruce se opírají o zem, tělo napjaté, hlava vzpřímená, nohy se opírají prsty o zem

## Doporučená literatura

Ústřední rada PO SSM: Pionýrská encyklopedie, Mladá fronta, 1978  
 Česká ústřední rada PD SSM: Rady pro rady, Mladá fronta, 1978  
 K. Průša: Branné hry v terénu, Mladá fronta, 1977  
 Kolektiv: Pobyv v přírodě a turistika, Slovenské pedagog. nakl., 1982  
 V. Mohr: Výstroj a výzbroj na turistiku, Sportovní a turistické nakladatelství, 1982  
 F. Žabka: 69 rad do prázdninového batohu, Mladá fronta, 1972  
 Kolektiv: Tělovýchovně branná činnost v SSM, Mladá fronta, 1972  
 Vl. Rogl: O mapě a podle mapy, Naše vojsko, 1974  
 M. Vosádka: Encyklopedie táborníka, Mladá fronta, 1968  
 J. Vrátný: Vzhůru do přírody, Mladá fronta, 1968  
 J. Brych: Slabikář mladého střelce, ÚV Svazarmu, 1978  
 M. Filikar: Přesná muška, Naše vojsko, 1977  
 K. Krátký: Průzkumník, Mladá fronta, 1978  
 K. Krátký: Sjojať, Mladá fronta, 1979  
 Z. Škoda: Po drátě a bez drátu, Mladá fronta, 1956  
 E. Aisberg: Fyzika všude kolem nás, Státní pedagog. nakl., 1975  
 Kolektiv: Pionýrské nástupy a hlášení, Mladá fronta, 1977  
 J. Dvořák, J. Hrabovský: První pomoc, Avicenum, 1981  
 Kolektiv: Zdravotnická družina, Avicenum, 1973  
 J. Drábková, M. Melichar: Mladý zdravotník, Naše vojsko, 1978  
 B. Šefrna a kolektiv: Dobrovolná sestra, Naše vojsko, 1975  
 J. Kočí: Branná výchova, Avicenum, 1980  
 J. Pfeiffer: Zdravověda v pionýrské organizaci SSM, Mladá fronta, 1979  
 J. Pfeiffer: Zdravotník, Mladá fronta, 1979  
 J. Břížová: Vaříme dětem, Státní zdravot. nakladatelství, 1967  
 Vyhlaška 100 Federálního ministerstva vnitra z 23. července 1975

## OBSAH

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

### Poznáváme naši slavnou historii i současnost

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

### Připravujeme se k obraně vlasti

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

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

#### **Seznamujeme se s ochranou státních hranic**

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

#### **Pomáháme chránit veřejný pořádek**

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

#### **Pomáháme chránit životy a majetek před požáry**

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

#### **Pečujeme o své zdraví, pomáháme druhým**

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

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

#### **Pěstujeme tělesnou zdatnost**

Ranní cvičení a otužování — 220/ Cvičíme v tělocvičně a v přírodě — 222/ Základní postoje, obraty, povely a hlášení — 224/ Některé základní cviky — 226/ Překonávání překážek — 230/ Hod granátem — 232/ Pobyť v přírodě — 234/ Základy sebeobrany — 237/ Jízda na kole — 242/ Plavání — 244/ Lyžování — 249/ Střelba — 252/ Branné závody a soutěže — 255/ Hry, soutěže, dovádění — 260/

**Slovníček použitých méně známých výrazů — 269/**

**Doporučená literatura — 275/**

ZÁJMOVÝ ODZNAK

## **MLADÝ OBRÁNCE VLASTI**

KAREL KRÁTKÝ A KOLEKTIV

Ilustroval a graficky upravil Sláva Jílek/ Obálku navrhl František Škoda s použitím kreseb Miroslava Hrdiny/ Vydala ústřední rada PO SSM v nakladatelství Mladá fronta/ Publikace číslo 4632/ Edice Zájmové odznaky/ svazek 3/ Odpovědná redaktorka Taťána Hedbávná/ Výtvarný redaktor Jiří Svoboda/ Technická redaktorka Silva Hofmanová/

Vytiskl Mír, n. p., závod 5, Praha 2, Václavská ul. 12/ 10,42 AA / 18,20 VA/ 280 stran/ Náklad 5000 výtisků/ 304/22/82,5/ Vydání 1./ Praha 1984/ 14,76 23-048-84/ Cena brož. výtisku 18 Kčs/