

# TYRINĖTOJAS

## TURINYS

Įvadas.....	1
Reikalavimai.....	5
Reikalavimai detaliau	
Bendri dalykai.....	7
Dvasiniai atradimai .....	12
Tarnavimas kitiems .....	19
Draugystės vystymas.....	21
Sveikata ir fizinis pasirengimas .....	25
Organizavimo ir vadovavimo vystymas.....	30
Gamtos tyrinėjimas .....	31
Gyvenimas gamtoje .....	35
Gyvenimo įgūdžiai.....	48

## **TIKSLAI**

- Suteikti galimybes jauniams sužinoti, kad Dievas myli ir rūpinasi visais žmonėmis.
- Padėti jiems suprasti, kad Kristus yra didžiausias Dievo apreiškimas.
- Skatinti jaunių sąmoningumą, kad bažnyčiai jie rūpi kaip asmenybės.
- Leisti asmeniškai augti ir vystytis tarpusavio santykių dėka per pasirinktą veiklą.
- Praplėsti jų viziją dėl jų bendruomenės poreikių ir padėti jiems rasti būdus, kaip atsiliiepti į šiuos poreikius.
- Padėti jiems vystyti troškimą siekti laimėjimų visame jų darbe ir skatinti troškimą dalyvauti visoje programoje.

## **SIEKIS**

Advento žinia visiems mano bendraamžiams.

## **MOTO**

„Kristaus meilė mane įpareigoja.“

## **PASIŽADĖJIMAS**

Dėka Dievo malonės  
Aš būsiu tyras, geras ir ištikimas.  
Aš laikysiuosi pėdsekių įstatymo.  
Aš būsiu Dievo tarnas  
ir žmogui draugas.

## **PĖDSEKIŲ ĮSTATYMAS**

Pėdsekio įstatymas man:

1. Pradėti dieną nuo maldos ir Biblijos skaitymo.
2. Sąžiningai atlikti tai, kas man priklauso.
3. Rūpintis savo kūnu.
4. Išlaikyti žvilgsnį (Nemeluoti, neveidmainiauti, išpildyti tai, kas pažadėta).
5. Būti mandagiu ir paklusniu.
6. Pagarbiai elgtis maldos namuose.
7. Gyventi su giesme širdyje.
8. Vykdyti tai, ką liepia Dievas.

## **Kaip naudotis instrukcijų planais**

Tai padės klasės instruktoriams planuojant mokomąją veiklą. Jūs rasite įtrauktus išsamius pasiūlymus, kaip projektuoti ir užbaigti šį darbą per vienerius metus, naudojant 30-35 minučių užsiėmimus. Organizuodami savo planą, atminkite, kad pėdsekių mokymo metai atitinka bendrus mokslo metus. Kai kuriose šalyse tai reiškia, kad tik dalį metų yra galimi susitikimai, o kitose šalyse nėra apribojimų, bet visas planas yra pagrįstas mažiausiai 20 savaičių grafiku. Tie klubai, kurie gali tam skirti daugiau laiko, yra skatinami šį planą atitinkamai patikslinti.

Dauguma konferencijų jaunimo departamentų kiekvienais metais organizuoja tris kompleksinius renginius pėdsekiam: sąskrydžius, muges ir stovyklas.

Du kartus per mėnesį konferencijos ir instruktorių dažnai skatinamos išvykos turi būti maksimaliai išnaudotos. Daugiau informacijos apie du kartus per mėnesį organizuojamas išvykas skaitykite „Pėdsekių vadove“.

**PASTABA:** Šie planai yra tik **pasiūlymas**. Juos galite visai modifikuoti arba pritaikyti, kad atitiktų jūsų situaciją, išteklius ir pajėgumus.

## PROGRAMA

SAVAITĖ	TVARKARAŠTIS (pavyzdys)	Nuorodų puslapiai
1.	Įstatymas – aptarkite ir išmokite Pristatykite „Laimingo kelio“ skaitymą – Knygų klubas Diskusija arba audio/ video narkotikų, alkoholio, draugų daromo spaudimo tema Narystė ir pareigos	7 9 25 7
2.	Konkordanso naudojimas Sukurkite pasižadėjimo kortelę/ draugų daromas spaudimas Dalyvavimo 3 bažnyčios programose planavimas Luko knygos perskaitymas iki kito susitikimo Ženklas iš „Namų ūkio sugebėjimų“ arba „Menai ir rankdarbiai“ kategorijų	12 25 20 14 48
3.	Pasirinkite ir aptarkite ištrauką iš Luko Pristatykite „Gamtos“ ženklus Jono knygos perskaitymas iki kito susitikimo Trijų dienų stovyklavimo meniu	14 31 14 43
4.	Pasirinkite ir aptarkite ištrauką iš Jono Topografinis žemėlapis – naudojimas, 20 ženklų ir simbolių Naujų narių įstojimas	14 40 20
5.	STOVYKLAVIMAS – 2 naktys, vietos parinkimas, 2 patiekalai Pagrindinių sutvirtinimo rišimų pasikartojimas ir vieno stovyklos baldo padarymas	35 42
6.	Išgelbėjimo istorijos iš Luko ir Jono knygų aptarimas „Gamtos“ ženklas	14 31
7.	Draugų daromas spaudimas ir sprendimo priėmimas Įvardinti 6 gyvūno/ paukščio pėdsakus – padaryti 3 išlietas gipsines formas „Gamtos“ ženklas	21 34 31
8.	Išmokti ir paaiškinti Pt 20, 1 ir 23, 29-32 Žvaigždės, planetos ir žvaigždynai „Gamtos“ ženklas	17 31 31
9.	STOVYKLAVIMAS Pt 20, 1 ir 23, 29-32 pasikartojimas Žvaigždžių, planetų ir žvaigždynų įvardinimas Topografinis žemėlapis ir simboliai – praktika „Gamtos“ ženklo užbaigimas	17 31 40 31
10.	Medžiagos apie J. N. Andrews pristatymas Pradėkite „Gyvenimo įgūdžių“ skyriuje nurodytų ženklų reikalavimų atlikimą	17 48

11.	Misionieriško darbo bažnyčioje svarbos aptarimas Ženklo reikalavimų atlikimas Įžanginio pasisakymo pratybos	17 48 30
12.	16 km žygis ir apsirengimui reikalingų rūbų sąrašas, bei ataskaita	28
13.	Draugų daromas spaudimas ir sprendimo priėmimas Savęs priežiūra bei manieros/ „Šeimos gyvenimo“ ženklas	27 24
14.	Pėdsekių vėliava ir trikampė vėliavėlė – sudėtis ir panaudojimas Suplanuoti meniu 4 asmenims 3 dienų stovyklavimui, naudojant tris skirtingus dehidratuotus produktus	10 43
15.	STOVYKLAVIMAS – įvardinti „sudėtingesnes“ žvaigždes – dvasinė Oriono reikšmė Pristatyti signalizavimą – semaforas, Morzė, ženklai ir t.t. Aptarti draugų daromą spaudimą dėl lytinės elgsenos/ narkotikų	44 29
16.	Daugiau sužinoti apie gyvenamoje vietovėje teikiamas bendruomenės paslaugas ir padėti suteikiant pirmąją pagalbą „Pirmoji pagalba“	19, 30 37
17.	„Atminties perlų“ egzaminas Užbaigti „Pirmąją pagalbą“	12 37
18.	Signalizavimas – semaforas, Morzė ir t.t. Kelių transporto valdymo punktai/ oficialus vizitas	44 22
19.	Misionieriai ir tarnavimas Visų ženklų užbaigimas	17 48, 23
20.	Pateikti ataskaitą apie visuomenės teikiančius pagalbą kitiems tarnavimus Ženklų užbaigimas bei patikrinimas ar užbaigti visi darbai Investitūra, atvirų durų diena ir t.t.	19 48, 23 30

# TYRINĖTOJAS

## REIKALAVIMAI

### **Bendri dalykai**

1. Turi būti 12 metų amžiaus.
2. Turi būti aktyvus Pėdsekių klubo narys.
3. Išmokti arba pasikartoti pėdsekių Įstatymą bei pademonstruoti suvokimą pasirinktu būdu: vaidinimas, diskusijos, esė ar savo nuožiūra parengti kokį nors projektą.
4. Perskaityti knygą „Laimingas kelias“, jei anksčiau dar nebuvo skaityta.
5. Turėti „Knygų klubo“ sertifikatą ir parašyti atsiliepimą apie kiekvieną iš perskaitytų knygų mažiausiai paragrafą .

### *Pažangesniems*

Žinoti pėdsekių vėliavos ir trikampės vėliavėlės sudėtį ir tinkamą jų panaudojimą.

### **Dvasiniai atradimai**

1. Žinoti, kaip naudotis konkordancija.
2. Turėti atitinkamą „Atminties perlo“ sertifikatą.
3. Perskaitykite Luko ir Jono Evangelijas ir savo grupelėje aptarkite pasirinktinai tris iš:

Lk 4, 16-19	Rašto skaitymas
Lk 11, 9-13	Prašyk, ieškok, belsk
Lk 21, 25-28	Antrojo atėjimo ženklai
Jn 13, 12-17	Nuolankumas
Jn 14, 1-3	Viešpaties pažadas
Jn 15, 5-8	Vynmedis ir šakelės
4. Pasikonsultavę su vadovu, pasirinkite vieną iš šių:

a. Jn 3	Nikodemas
b. Jn 4	Moteris prie šulinio
c. Lk 15	Sūnus palaidūnas
d. Lk 10	Gerasis samarietis
e. Lk 19	Zachiejus

Pasidalinkite supratimu apie tai, kaip Jėzus gelbėja asmenis, naudodami vieną iš šių metodų:

- a. Grupės diskusija su savo vadovu.
  - b. Pasakyti kalbą.
  - c. Parašyti esė.
  - d. Padaryti nuotraukas, schemas ar modelius.
  - e. Parašyti eilėraščių ar dainą.
5. Išmokyte mintinai ir paaiškinkite Pt 20, 1 ir Pt 23, 29-32

### *Pažangesniems*

1. Paskaitykite apie J. N. Andrews. Pakalbėkite apie misionieriško tarnavimo svarbą bažnyčioje ir kodėl Kristus davė didįjį pavedimą (Mt 28, 18-20).
2. Užbaikite žemėlapi, pažymėdami misionierius ir tarnavimo vietas.

### **Tarnavimas kitiems**

1. Susipažinkite su vietovės visuomeninėmis paslaugomis ir prisidėkite savo pagalba bent viename iš jų.
2. Sudalyvaukite bent trijose bažnyčios programose.

### *Pažangesniems*

Atsivesk naują narį į Sabatos mokyklą, pėdsekių klubą ar Biblijos tyrinėjimo grupę.

### **Draugystės vystymas**

1. Sudalyvaukite viešojoje diskusijoje ar trumpame vaidinime apie patiriamą spaudimą ir jo vaidmenį jūsų sprendimų priėmime.
2. Pasikvieskite į svečius savivaldybės tarnautoją arba apsilankykite savivaldybėje ir tada paaiškinkite 5 būdus, kaip galėtumėte su ja bendradarbiauti.

### *Pažangesniems*

Užbaikite vieną iš šių ženklų:

- a. Savęs priežiūra ir manieras.
- b. Šeimyninis gyvenimas.

### **Sveikata ir fizinis pasirengimas**

1. Atlikite vieną iš reikalavimų:
  - a. Dalyvaukite diskusijoje apie alkoholio, narkotikų įtaką organizmui.
  - b. Pažiūrėkite video medžiagą apie alkoholį ar narkotikus ir aptarkite jų įtaką organizmui.
2. Diskusija apie draugų daromą spaudimą.

### *Pažangesniems*

1. Dalyvaukite 16 km žygyje ir sudarykite tam reikalingos aprangos sąrašą.
2. Draugų daromas spaudimas ir AIDS suvokimas.

### **Organizavimo ir vadovavimo vystymas**

1. Praveskite savo klube susitikimą arba Sabatos mokyklą.
2. Padėkite savo grupei ar klubui suplanuoti tokią ypatingą veiklą kaip projektas nelaimingiems vaikams, bendruomenės gražinimo ir t. t. bei tą veiklą įvykdykite.

### *Pažangesniems*

Sudalyvauti ypatingame tokiaame klubo įvykyje, kaip investitūra, atvirų durų dienos, priėmimas arba pėdsekių Sabata ir sudalyvaukite to įvykio įvertinime kartu su „Kompanionų“ klase.

### **Gamtos tyrinėjimas**

1. Sugebėti įvardinti Šiaurinę žvaigždę, Oriono žvaigždyną, Sietyną ir dvi planetas. Žinoti dvasinę Oriono prasmę, paminėtą „Ankstyvuosiuose raštuose“
2. Užbaigti vieną iš ženklų: „Gyvūnų pėdsakai“, „Kaktusai“, „Gėlės“, „Žvaigždės“ ar „Oras“

### *Pažangesniems*

Atpažinti šešis gyvūnų ar paukščių pėdsakus. Padaryti trijų pėdsakų gipsinius atspaudus.

### **Gyvenimas gamtoje**

1. Dalyvauti dviejuose naktiniuose stovyklavimuose. Žinoti šešis gerą stovyklavimo vietą nusakančius dalykus. Suplanuoti ir pagaminti du valgius.
2. Išlaikyti „Tyrinėtojų“ pirmąją pagalbą.
3. Paaiškinkite, kas yra topografinis žemėlapis, ką jame galima rasti bei jo panaudojimą. Įvardinti mažiausiai 20 ženklų ir simbolių, naudojamų topografiniuose žemėlapiuose

### *Pažangesniems*

1. Pasikartokite pagrindinius tvirtinimo rišimus ir pastatykite vieną iš stovyklavimo baldų.
2. Suplanuokite menių keturiems asmenims trijų dienų stovyklavimui, panaudodami mažiausiai tris dehidratuotus produktus.
3. Sugebėti pasiūsti ir priimti semaforo alfabetą ARBA sugebėti pasiūsti ir priimti tarptautinę Morzės abėcėlę, naudojant vėliavėles, ARBA žinoti kurčnebylių ženklų alfabetą, ARBA žinoti bendravimo per racijas pagrindinius dalykus.

### **Gyvenimo įgūdžiai**

Užbaigti vieną ženklą iš „Namų ūkio sugebėjimų“ arba „Menų ir rankdarbių“ kategorijos.

### *Pažangesniems*

Užbaigti vieną, dar neturėtą ženklą iš „Žmonių pasiekimo tarnavimo“ „Sveikatos ir mokslo“, „Profesijos“ ar „Ūkio darbų“ kategorijų.

## REIKALAVIMAI (detaliau)

### Bendri dalykai

#### Reikalavimas Nr. 1

Turi būti 12 metų ir/ arba atitinkamai 6 klasėje.

#### **Paiškinimas**

1. Jei jis yra 6 klasėje.
2. Jei 6 klasės mokslo metų pradžioje sueina 12 metų.

Nauji nariai gali prisijungti kas ketvirtį arba jūsų klubui tinkamu metu.

#### Reikalavimas Nr. 2

Būti aktyviu pėdsekių klubo nariu. Kad būtų aktyvus narys, jaunis turi:

- a. Būti pėdsekių finansiniu nariu.
- b. Dalyvauti mažiausiai 75 % klubo veiklos.

Jaunis turi palaikyti pėdsekius savo įtaka ir, pasitaikius galimybei, prisiimti savo dalį atsakomybės.

#### Reikalavimas Nr. 3

Išmokti ar prisiminti pėdsekių Įstatymo prasmę ir parodyti savo suvokimą, dalyvaujant viename iš toliau išvardintų:

- Trumpas vaidinimas.
- Vieša diskusija.
- Esė rašymas.
- Jūsų pasirinktas projektas.

**Klasės susitikimai:** Vienas

#### ***Pėdsekio įstatymas man:***

1. Pradėti dieną nuo maldos ir Biblijos skaitymo.
2. Sąžiningai atlikti tai, kas man priklauso.
3. Rūpintis savo kūnu.
4. Išlaikyti žvilgsnį (Nemeluoti, neveidmainiauti, išpildyti tai, kas pažadėta).
5. Būti mandagiu ir paklusniu.
6. Pagarbiai elgtis maldos namuose.
7. Gyventi su giesme širdyje.
8. Vykdyti tai, ką liepia Dievas.

#### **Įstatymo prasmė**

**1. Pradėti dieną nuo maldos ir Biblijos skaitymo.** Kiekvienas berniukas ir mergaitė turi melstis ir skaityti Bibliją kiekvieną dieną. Geriausias būdas pradėti dieną yra studijuoti rytinius skaitinius „Rytinė sargyba“, kurie buvo paruošti kiekvienam septintosios dienos adventistų jauniui.

Pirmasis maistas, kurio man reikia, yra Dievo Žodis. Aš tyrinėsiu ir apmąstysiu jį ir padarysiu jį kiekvieno mano ryto pasišventimo dalimi.

Aš melsiuosi, dėkodamas Dievui už Jo palaimas ir prašydamas dėl savo ir kitų poreikių. Dievas pažadėjo išgirsti mane.

Aš pasidalinsiu tuo, ką sužinojau Dievo Žodyje su savo šeima bei kitais žmonėmis. Aš noriu, kad Jėzus greit ateitų, ir noriu, kad kiti pažintų Jį asmeniškai taip, kaip aš Jį pažįstu.

Aš ryte melsiuosi ir skaitysiu Bibliją, nes tai yra Dievo planas praturtinti mano gyvenimą ir paruošti mane Savo karalystei.

**2. Sąžiningai atlikti tai, kas man priklauso.** „Taurus charakterio žmonių pasauliui reikia labiau nei didžiųjų intelektualų.“ *Ugdymas* 263 psl.

„Vienintelį lobį, kurį galime pasiimti iš šio pasaulio į būsimąjį, tai pagal dievišką atvaizdą suformuotą charakterį. Tie, kurie šiame pasaulyje mokosi iš Kristaus, pasiims su savimi kiekvieną dievišką pasiekimą į dangaus buveines. O danguje mes toliau tobulėsime. Koks svarbus yra charakterio vystymas šiame gyvenime.“ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p.100, 101)

Suvokdamas šį didelį poreikį pasaulyje ir savo gyvenime aš nebijosiu nieko, kas man privalu. Aš su džiaugsmu atliksiu tai, kas man priklauso namuose, mokykloje ir bažnyčioje.

Aš sąžiningai stengsiuosi nepakliūti į bėdą, pasirūpinsiu savo pinigais, gerbsiu tai, kas yra ne mano ir ištikimai vykdysiu savo pareigas.

**3. Rūpintis savo kūnu.** „Viena iš geriausių priemonių, siekiant tyro ir kilnaus jaunimo charakterio, ir kas padeda kontroliuoti apetitą ir susilaikyti nuo smukdančių dalykų, yra gera fizinė sveikata.“ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p. 233)

Aš pritariu, kad jaunystė yra geras laikas suformuoti gerus įpročius, išmokti savikontrolės ir išlaikyti sveiką kūną. Aš taip pat pritariu, kad mano kūnas yra Šventosios Dvasios šventykla ir tuo man buvo patikėta pasirūpinti. Tai mano pareiga išmokti principus ir normas, kurie padės man gyventi laimingai ir būti laisvam nuo blogio ir pasaulio sugedimo.

Aš stengsiuosi išlaikyti savo kūną stiprų giliai kvėpuodamas, mankštindamasis, tinkamai maitindamasis ir rengdamasis bei susilaikydamas nuo alkoholio, tabako, arbatos, kavos ir narkotikų vartojimo.

**4. Nemeluoti, neveidmainiauti, išpildyti tai, kas pažadėta.** Vašingtono valstijoje Fort Linkolne yra Kristaus statula, kuri atrodo jog žiūri į visas puses. Nesvarbu, kur atsistosi, Viešpaties akys žvelgia į tave. Biblija sako: „Dievo akys yra visur, jos stebi blogus ir gerus žmones.“ (Patarlių 15, 3)

Išlaikyti žvilgsnį reiškia, kad nesvarbu, kur esame tamsiuose ar šviesiuose gyvenimo posūkiuose, mes visada galime žvelgti tiesiai Jėzui į akis ir nebijoti. Adomas ir Ieva bėgo nuo Dievo artumo. Jie negalėjo pažvelgti į Jį, nes jie nusidėjo. Vietoj to, kad išlaikyčiau akių kontaktą, aš turiu nemeluoti ir neveidmainiauti. Aš pasakysiu tiesą, net jei bus labai sunku. Aš nekenčiu nešvaraus mąstymo ir kalbų. Aš daugiau galvosiu apie kitus, nei apie save.

**5. Būti mandagiam ir paklusniam.** „Aukštinė taisyklė yra tikro mandagumo principas ir geriausias pavyzdys yra matomas Jėzaus gyvenime ir charakteryje. O, kokius švelnumo ir grožio spindulius kasdieniniame gyvenime skleidė mūsų Gelbėtojas! Kokia atgaiva dvelkė vien nuo Jo buvimo! Ta pati dvasia atsiskleis ir Jo mokiniuose.“ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p. 420)

Aš noriu būti mandagiu, nes mandagumas yra meilė, sklindanti iš širdies, kuri atspindi Jėzaus meilę. Aš visada maloniai pasisveikinsiu ir būsiu pasiruošęs padėti nepažįstamajam, senyvo amžiaus žmogui, sergančiam, vargšui ir mažiesiems.

Aš suprantu, kad pirmiausia turi būti paklusnumas Dievui, po to paklusnumas tėvams ir paklusnumas mokytojams bei kitiems pagal autoritetingumą žmonėms. Aš noriu sekti Jėzaus pavyzdžiu, kuris buvo paklusnus net iki mirties ant kryžiaus. Jis atėjo įgyvendinti misiją ir buvo paklusnus Savo dangiškajam Tėvui.

**6. Pagarbiam elgtis maldos namuose.** Kai Mozė artinosi prie Dievo, kad gautų Dešimt Dievo Įsakymų, žmonėms buvo pasakyta save pašventinti ir išsiskalbti drabužius. Jie turėjo būti pagarbūs prieš visatos Dievą. „Vaikai ir jaunimas niekada neturėtų kažkuo didžiulis, būti abejingais ir nerūpestingais susitikimuose, kur garbinamas Dievas.“ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p. 266)

Aš vaikščiosiu taip pagarbiam maldos namuose, kad mano kojos, rankos ir mano širdis atitiktų laiką ir vietą. Dievas yra bažnyčios pastate, nes tai yra pašvęsta Jo garbinimui. Bažnyčioje aš būsiu ramus, atidus ir pagarbus visame, ką darysiu ir kalbėsiu.

Būsiu pagarbus maldoje; kai kalbėsiu su Dievu aš užmerksiu savo akis ir būsiu tinkamoje laikysenoje.

Aš gerbsiu maldos namus, patį pastatą, jo baldus; aš nesikalbėsiu su šalia sėdinčiais; aš prisiminsiu, kad angelai uždengia save nuolankume, kai artinasi prie Dievo sosto.



**7. Gyventi su giesme širdyje.** „Šlovinimo melodija sukuria dangaus atmosferą, ir kur dangus paliečia žemę, ten skamba muzika ir giesmė - „padėka bei melodijos skambesys.““ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p. 291)

Mes žinome, kad muzika yra toks pat garbinimo veiksmas kaip ir malda. Daugelį atveju jaunimas to nesupranta ir giesmės yra giedamos be prasmės. Mes turime išmokti šlovinti Dievą čia žemėje, nes tai bus viena iš amžinybės temų. Mūsų širdyse turėtų būti džiaugsmas, nes Jėzus už mus visus atėjo ir mirė ant kryžiaus.

Aš išlaikysiu giesmę širdyje, nes esu laimingas, nes aš buvau atpirktas. Aš giedosiu, būdamas vienas ir būdamas su kitais. Aš noriu, kad jie pajustų išgelbėjimo džiaugsmą su manimi, krikščionio džiaugsmą, laimę, kurią patiriame su Kristumi. Aš giedosiu, kai viskas gerai ir aš giedosiu, kai reikalai bus prasti. Aš žinau, kad išmėginimai ir vargai yra Dievo mokymo ir formavimo būdas.

„Tegul namuose skamba mielos bei tyros giesmės. Tada jame bus mažiau nepasitenkinimo žodžių, o daugiau linksmumo, vilties ir džiaugsmo. Lai mokyklose skamba giesmės, mokiniai bus patraukti arčiau Dievo, arčiau mokytojų ir vienas prie kito.“ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p. 292)

**8. Vykdyti tai, ką liepia Dievas.** Aukščiausias kiekvieno adventisto jaunio tikslas yra atlikti Dievo darbą. „Vaikai gali būti mažaisiais misionieriais tiek namuose, tiek bažnyčioje. Dievas trokšta, kad jie būtų mokomi to, jog jiems duotas gyvenimas ne tik žaidimui, bet ir naudingam tarnavimui. Namuose jie turi būti mokomi misionieriško darbo, kas paruoš juos platesnėms naudingumo sferoms. Tėvai, padėkite vaikams išpildyti jiems Dievo numatytus tikslus.“ *Žinios jaunimui* (Messages to Young People, p. 225)

Kokia nuostabi galimybė būti Dievo baigiamajame darbe žemėje! Angelai būtų laimingi atlikdami šį darbą. Bet tai buvo duota žmonijai, jaunimui, berniukams ir mergaitėms.

Aš atliksiu kasdienes pareigas namuose ir mokykloje, kad būčiau pasiruošęs didesnėms pareigoms. Aš senyvai kaimynei padėsiu pasodinti daržą, kad vieną dieną būčiau pasiruošęs padėti žemės ūkio mokykloje, esančioje užsienio šalyje. Aš padėsiu mano mažesniai broliukui užsirišti batus, kad vieną dieną galėčiau padėti pacientui ligoninėje misijos lauke. Aš šiandien išvalysiu tėčio garažą, kad galėčiau padėti išvalyti pagonybę iš tūkstančio širdžių, esančių aplink mus ir kitose vietovėse.

Aš būsiu daugiau nei laimingas, atlikdamas Dievo pavedimus, nes aš noriu daryti Jo darbus amžinai. Aš noriu pašvęsti savo gyvenimą šios žinios skelbimui ir milijonų, kurie vis dar laukia Jėzaus Kristaus išgelbėjimo, pasiekimui.

## **Mokymo metodai**

### **1. Trumpas vaidinimas**

- Klasė pasirenka įstatymo ištrauką, pagal kurią jie galėtų suvaidinti situaciją, kuri parodytų įstatymo prasmės suvokimą.
- Visa grupė kartu išvysto siužetą.
- Pasiskirsto vaidmenimis.
- Spontaniškai pamėgina suvaidinti be parašyto scenarijaus.
- Pademonstruoja prieš visą klasę.

**2. Vieša diskusija.** Vieša diskusija vyksta dalyvaujant dviem ar daugiau dalyvių, kurie išsako savo nuomonę, atsakydami į vadovo ar klasės pateiktus klausimus.

**3. Esė rašymas.** Esė turėtų būti ne mažiau 250 žodžių ilgumo ir pristatoma vadovui.

**4. Projektas.** Panaudodami iliustracijas, kurios galėtų būti piešiniai, nuotraukos, paveikslėliai, ar bet kokia kita forma, kuri pademonstruotų, kad jūs suprantate pėdsekių įstatymą.

## **Testavimo metodas**

Dalyvauti pasirinktoje veikloje ir mokėti mintinai pėdsekių įstatymą.

## **Reikalavimas Nr. 4**

Perskaitykite knygą „Laimingas kelias“, jei dar neskaitėte.

### **Paiškinimas**

Šią knygą parašė Lawrence Maxwell. Ją galima perskaityti asmeniškai arba su visa klase. Tai detalus pėdsekių Pasižadėjimo ir Įstatymo paiškinimas istorijos forma. Galimos ir kitos jūsup turimos knygos, kurios kalba Pasižadėjimo ir Įstatymo tema.

### *Reikalavimas Nr. 5*

Turėti atitinkamą knygų klubo sertifikatą ir parašyti mažiausiai paragrafą apie kiekvieną perskaitytą knygą.

### **Tikslas**

Pristatyti tyrinėtojams naujas domėjimosi sritis, sustiprinti jų dvasinį tobulėjimą ir padėti patirti gerų knygų skaitymo džiaugsmą bei malonumą.

### **Paiškinimas**

Knygų klubo parinkta medžiaga pateikiama jauniams kaip skaitymo programa apie nuotykius, gamtą, biografijas ir įkvepiančias istorijas. Sertifikatas pasiekimų klasėms reiškia, jog asmuo, kad jį gautų, įvykdo reikiamą atlikti darbą. Knygų klubo sertifikatas skirtas šiai klasei negali būti naudojamas antrą kartą bet kuriai kitai klasei. Kai jaunis užbaigia skaityti Knygų klubo paskirtas knygas, jo vardas vadovo turi būti perduotas vietinės Konferencijos jaunimo departamentui, kuris išduos Knygų klubo sertifikatą.

### **Testavimo metodas**

Vienas parašytas atsiliepimo apie perskaitytą knygą paragrafas yra žingsnis link Knygų klubo sertifikato gavimo.

### *Pažangesniems*

### *Reikalavimas Nr. 1*

Žinoti pėdsekių vėliavos ir trikampės vėliavėlės sudėtį ir tinkamą jų panaudojimą.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### **Paiškinimas**

Pėdsekių rikiuotės mokymo vadove rikiuotės mokymo ir vėliavos ceremonijos dalyje yra instrukcija apie tinkamą pėdsekių vėliavos ir trikampės vėliavėlės panaudojimą.

### **Pėdsekių vėliavos sudėtis**

Pėdsekių vėliavą galima daryti iš medvilnės, dirbtinio šilko ar nailono. Vėliava yra padalinta per vidurį tiek vertikaliai, tiek horizontaliai, sudarant keturias lygias dalis. Fono spalvos yra: karališkoji mėlyna ir balta atitinkamai susiuvamos kartu, kur kairiajame viršutiniame kampe ir dešiniajame apatiniame kampe yra karališkoji mėlyna spalva. Pėdsekių emblema centre. Spalvos simbolizuoja pėdsekių tikslus ir idėjas.

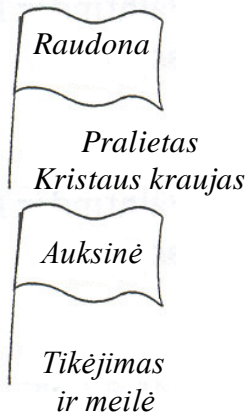


„Palaiminti tyraširdžiai; jie regės Dievą.“ (Mt 5, 8)



„Bet Daniėlius apsisprendė nesiteršti.“ (Dan 1, 8)

*Ištikimybė*



„Jo Sūnaus Jėzaus kraujas apvalo mus nuo visų nuodėmių.“ (1 Jn 1, 7)

„Aš tau patariu pirkti iš manęs ugnyje išgryninto aukso.“ (Apr 3, 18)

Pėdsekių emblemoje mes pavaizdavome tai, kas yra atrama kiekvienam pėdsekiui gyvenančiam šiais neaiškiais laikais.



Tikėjimo skydas

„Teisusis gyvens tikėjimu.“ (Heb 10, 38)



Dvasios kalavijas

„Dievo žodis yra gyvas, veiksmingas, aštresnis už bet kokį dviašmenį kalaviją.“ (Heb 4, 12)

Trikampio forma atkreipia mūsų dėmesį į trigubą tikslą, kurį iškelia mūsų pėdsekių organizacija: padėti mūsų berniukams ir mergaitėms visame pasaulyje tobulėti dvasiškai, protiškai ir fiziškai.

Apverstas trikampis simbolizuoja požiūrį į vadovavimą, iliustruotą Kristaus, vadovavimą tarnaujant.

Pėdsekių vėliava yra 1m x 1,5m dydžio.

Tinkamas metas rodyti pėdsekių vėliavą yra: mugės, pėdsekių susitikimai, pėdsekių dienos bažnyčioje, miesto paradai ir t.t.

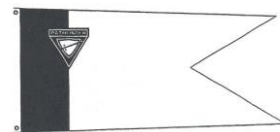
### **Pėdsekių vieneto vėliavėlės komponavimas**

Kiekvienas pėdsekių klubas turi savo vėliavėlę. Vėliavėlė yra 34 cm x 55 cm, kur smailieji kampai yra 28 cm, o išpjovimo dydis 20 cm. Per vėliavėlę eina 10 cm pločio mėlyna juosta. 10 cm pėdsekių trikampė emblema yra 7,5 cm nuo viršaus taip, kad vertikali centrinė (per pus emblema dalijanti) linija sutampa su mėlynos juostos kraštu. Dešinėje mėlynos juostos pusėje yra balta spalva. Išsiuvinėta arba išpiešta emblema, parodanti klubo vardą (meška, liūtas, paukštis ir t.t.), turėtų neviršyti 14 cm bei būti centre tarp mėlynos spalvos juostos ir įpjovos taško, taip pat atitinkamai nuo viršaus ir apačios.

Pėdsekių vėliava



Pėdsekių vieneto vėliavėlė



## DVASINIAI ATRADIMAI

Dvasinių atradimų dalies tikslas yra supažindinti tyrinėtoją su konkordancijos naudojimu bei padėti jiems atrasti Kristų kaip Gelbėtoją per Evangelijų skaitymą ir per supratimą, kaip Jėzus yra susijęs su kiekvienu asmeniškai.

### Reikalavimas Nr. 1

Susipažinti su konkordancijos naudojimu.

**Klasės susitikimai:** Vienas

#### Tikslas

Suvokti vertę ir išmokti praktiškai pritaikyti Biblijos tyrinėjimui skirtą priemonę.

#### Mokymo metodai

1. Konkordancija yra alfabetinis kiekvieno žodžio (ar raktinio žodžio), randamo Biblijoje pateikimas. Priklausomai nuo konkordancijos dydžio, kiekvienas žodis yra ne tik paminėtas, bet taip pat yra nurodytos vietos, kur šis žodis randamas ST ir NT. Būtų naudinga turėti keletą variantų konkordancijų, kurias pėdsekiai galėtų patys apžiūrėti.
2. Po pademonstravimo, kaip naudotis konkordancija, paprašykite kiekvieno pėdsekio pasirinkti temą ir surasti su ja susijusias eilutes bei sudaryti sąrašą. Pavyzdžiui: Jei jie pasirinko temą Laimė, jie turėtų ieškoti žodžių susijusių su šia tema, pvz.: laimingas, laimė, džiaugsmas ir t.t
3. Biblijos tyrinėjimas galėtų būti taip pat pateikiant tyrinėtojai tokias temas kaip Džiaugsmas, Ramybė, Viltis, paprašant rasti eilutes apie tai konkordancijoje, o radus garsiai perskaityti jas iš Biblijos. Pirmasis tai atlikęs gauna tašką.
4. Paaiškinkite, kaip naudotis konkordancija, kuomet žinai tekstą, o ne nuorodą. Pvz.: Jei žinote tekstą, kuris sako: „Pripažink jį visur, kad ir ką darytum, ir jis ištiesins tavo kelius“; parodykite kaip pasirinkti raktinius žodžius – suraskite juos konkordancijoje ir raskite nuorodą. Galėtų būti duodamas sąrašas įvairių tekstų, o tyrinėtojai turėtų rasti nuorodas, kur jos yra Biblijoje.

#### Testavimo metodas

Dalyvavimas veiklose, pademonstravimas sugebėjimo naudotis konkordancija. Jei reikia sukurkite savo nedidelį testuką sužinoti, ar išmoko tyrinėtojas naudotis konkordancija. Pvz.:

1. Pacituokite keletą gerai žinomų tekstų ir paprašykite surasti nuorodas.
2. Pasirinkite temą (pvz.: Tikėjimas) ir paprašykite pateikti keletą tekstų apie tai, kas yra tikėjimas anot Rašto.

### Reikalavimas Nr. 2

Gauti atitinkamą „Atminties Perlo“ sertifikatą.

**Klasės susitikimai:** Vienas

Iš visų tyrinėtojo klasės susitikimų, vienas turi būti skirtas „Atminties perlo“ egzaminui. Žemiau yra pasiūlytas arba jūs galite turėti savo sąrašą.

Iš kiekvienos septynių kategorijų galima pasirinkti vieną tekstą, kurį reikia išmokti mintinai,.

#### 1. Nuostabios ištraukos

- a. 1 Pt 1, 24-25
- b. 1 Kar 18, 21
- c. Mt 24, 37-39
- d. pasirink pats

#### 2. Išgelbėjimas

- a. Mt 16, 24-27
- b. Lk 14, 28.33
- c. Pt 28, 13
- d. 1 Tim 1, 15
- e. Jn 3, 16-18
- f. pasirink pats

#### 3. Santykiai

- a. Apd 1, 9-11
- b. Mok 12, 13.14
- c. 1 Kor 6, 19-20
- d. pasirink pats

#### 4. Elgesys

- a. Ps 5, 3
- b. Ps 51, 3
- c. pasirink pats

### 5. Doktrina

- Jn 13. 34-35
- Pt 19, 19
- Jn 15, 13
- Rom 14, 11
- 1 Jn 1, 28
- pasirink pats

### 6. Malda

- Kol 3, 23
- Pt 22, 29
- Fil 4, 8
- Jn 3, 19
- 1 Kor 2, 14
- pasirink pats

### 7. Pažadai/ Šlovinimas

- Pt 3, 5.6
- Ps 91
- 1 Kor 10, 13
- 2 Tim 4, 7.8
- Jok 4, 7
- pasirink pats

### Tikslas

Suteikti galimybę, įsimenant tekstą, vesti prie dvasinio augimo, panaudojant „Atminties perlo“ užduotį.

### Mokymo metodai

- Kiekvienas jaunis gali padaryti menišką aplanką su tekstais ir iliustracijomis, su paveikslėliais iš laikraščių ir t.t. Jį turėtų padaryti per savaitę kaip namų darbą.
- Be to, mokydamasis eilutes, kiekvienas jaunis gali atsinešti paveiksluką, kuris iliustruoja tekstą, kad kiekvieną savaitę grupė galėtų padaryti iš jų plakatą. Plakatais galite papuošti susitikimo vietą.
- Paskatinkite jaunius eilučių mokymąsi padaryti kasdienio garbinimo dalimi.
- Pakartokite įsimintinas eilutes garsiai chorą.

Pasiūlymai kassavaitiniams „Atminties perlo“ pakartojimams:

- Pakartojimas:* Po to, kai keli jaunieji pasako dienos eilutę, paprašykite pasakyti visus kartu, po to vien mergaitės, po to berniukai, po to galbūt mokytojai. Pabaikite pasakydami vėl visi kartu, stebėkite, ar visi dalyvauja. Jei įmanoma tęskite, kol pasakyti mokės visi. (Tegul visada, pasakius eilutę, būna pasakoma ir nuoroda, kur yra ta eilutė.)
- Trūksta žodžio:* Prieš susitikimą ant lentos aiškiai parašykite tekstą ir nutrinkite kas antrą žodį bei pirmą žodį, kurį ne visada lengva prisiminti. Klauskite vis kito vaiko pasakyti trūkstamą žodį, reikalaujanti, kad paklausus atsakinėtų tik vienas, o ne visi. Mažose grupelėse galite kartais paprašyti vaiko ateiti ir trūkstamą žodį užrašyti.
- Varžybos:* Turi būti po lygiai berniukų ir mergaičių, kurie sustoja eilute prie lentos, kiekvienas prie savo užrašytos „MERGAITĖS“ / „BERNIUKAI“ pusės. Kiekvienas vaikas, jei teisingai pakartoja dienos eilutę, savo grupei pelno tašką. Stebėkite, kuri pusė laimės.
- Žodžių patikrinimas:* Tegul tekstą pakartoja du ar trys vaikai arba visi kartu vieną ar du kartus. Po to paprašykite vis kito iš eilės pasakyti po eilutės žodį. Po to, rodydami į bet kurį vaiką, paprašykite pasakyti po eilutės žodį. Veiksmas turi vykti greitai, atsakinėti turi tik tas vaikas, į kurį kreipiamasi.
- Klausimai:* Paklauskite iš teksto kiek įmanoma daugiau klausimų. Paprašykite, kad atsakymai, jei įmanoma, būtų pateikti tiksliais Rašto žodžiais.
- Teksto konkursas:* Padalinkite grupę per pusę. Tada viena grupė prašo kitos grupės nario pakartoti tekstą arba užduoda iš to teksto klausimą. Jei atsako, tada klausia kita pusė, jei ne, tada vėl klausia ta pati grupė.
- Siurprizas:* Iš anksto turėkite užrašytas ant lapelių eilučių nuorodas. Paduokite po lapelį kiekvienam nariui prieš susitikimą, paprašydami nežiūrėti, kas parašyta. Vėliau kvieskite ateiti vieną po kito vardais, pažvelgti į lapelį ir pasakyti prašomą eilutę. Nuoroda turi būti perskaityta garsiai, kad visi galėtų nustatyti, ar yra cituojamas teisingas tekstas.
- Kito susitikimo metu padarykite tą patį su lapeliais, bet šį kartą užrašykite eilutes, o vaikams reikės pasakyti eilučių nuorodas (kur tos eilutės yra Biblijoje).
- Nuorodų testas:* Užrašykite ant lentos kažką panašaus į tai:

_____ 29, 11	Ps __, 8
Izaijas __, 12	Tim 5, __
_____ 11, __	_____ __, 58

Paprašykite skirtingų vaikų užpildyti trūkstamus laukelius.

10. *Testas raštu*: Prieš susitikimą aiškiai ant lentos užrašykite du ar tris klausimus ir vėliau išdalinkite pieštukus bei popierių. Parodykite tekstus ant lentos ir paprašykite visų pamėginti į juos atsakyti. Pasakykite, kad tai ne egzaminas, ir kad kiekvienas taisy savo atsakymus.
11. *Minties patikrinimas*: Užrašykite kiekvienos eilutės mintį ant lentos ir paprašykite narius pasakyti, kuris tekstas turi šias mintis ar teiginius.
12. *Biblijos tyrinėjimas*: Paskirkite susitikimą Biblijos tyrinėjimui. Tai gali būti daroma dialogo forma ar pateikta kaip tyrinėjimas su žmonėmis, kur vienas ar du yra kalbėtojai, o kiti klausytojai. Tai turi skatinti užduoti klausimus, į kuriuos būtų įmanoma atsakyti su išmoktu tekstu.

### Testavimo metodai

Išlaikyti „Atminties perlo“ pateiktą Jaunimo departamento konferencijos testą.

#### *Reikalavimas Nr.3*

Perskaitykite Luko ir Jono evangelijas ir aptarkite tris iš žemiau pateiktų nuorodų:

Lk 4, 16-19 Rašto skaitymas

Lk 11, 9-13 prašyk, ieškok, belsk

Lk 21, 25-28 antrojo atėjimo ženklai

Jn 13, 12-17 nuolankumas

Jn 14, 1-3 Viešpaties pažadas

Jn 15, 5-8 vynmedis ir šakelės

### Klasės susitikimai: Du

Didžioji dalis skaitymo turi būti atliekama namuose.

### Tikslas

Padėti išlaikyti tyrinėtojų gyvenime kasdienę Biblijos skaitymo rutiną ir palaikyti susidomėjimą Dievo Žodžiu.

Suteikti tyrinėtojams galimybę pasidalinti su draugais asmeninių Biblijos studijų atradimais.

### Mokymo metodai

#### a. Evangelijų skaitymui:

1. Paaiškinkite tyrinėtojams apie spalvos kodus, kaip jau tai buvo daryta kompanionų klasėje. Galima panaudoti naujas spalvas, kad atkreiptų dėmesį į tam tikras Kristaus kaip Išgelbėtojo temas pvz.: Jėzaus dieviškumas – rausva; Jėzaus žmogiškumas – ruda; Jėzaus nuolankumas – oranžinė ir t.t.
2. Paskatinkite klasę vienas su kitu pasidalinti skaitymo metu atrastais svarbiais dalykais.
3. Klasei gali patikti mažų piešinių Biblijos paraštėse piešimas, kurie apibūdintų įvairius svarbius dalykus, pvz.: vynmedis, kojų plovimas, šulinys ir t.t.

#### b. Trijų Biblijos ištraukų aptarimui:

1. Aptariant tris ištraukas, galite pasiūlyti, kad kiekvienas tyrinėtojas nupieštų paprastų išgelbėjimo žingsnių schemą. Padrąsinkite klasės narius būti originaliais bei pateikti savo darbus schemos ar diagramos pavidale.
2. Lai jūsų tyrinėtojai paverčia kiekvieną pasirinktą ištrauką į dvidešimt penkių žodžių telegramą. Šios telegramos turi būti nusiųstos mirštančiam draugui, kuris turėtų suprasti, kaip Jėzus gali išgelbėti. Tikras telegramų formas galite gauti pašte. Tai padės labiau sudominti dalyvius atliekant šią užduotį.
3. Lai klasė sukuria vienos minutės reklamą, kuri pateiktų visą informaciją, esančią jų pasirinktoje ištraukoje. Galite šia reklamą įrašyti ir vėliau parodyti kitiems.
4. Prisirinkite daug šeimos nuotraukų, atvirukų su gamtos vaizdais ir t.t.. Su tyrinėtojais perskaitykite ištrauką apie Viešpaties vakarienę (Jn 13). Po to paskatinkite juos individualiai ar porose pasirinkti skirtingas nuotraukas istorijos

asmenybėms pavaizduoti. Pvz.: Kokia atrodo Biblijoje pateikta istorija? Naudokite skirtingus Biblijos vertimus užuominoms atrasti. Po to kai jie pavaizduos įvykį, lai kiekviena grupė ar asmuo paaiškina savo darbą. Pradėkite nuo to, su kuriuo iš mokinių jie sutapatina save.

### Testavimo metodas

Dalyvavimas aptarime ir skaitymo reikalavimų įvykdymas.

#### Reikalavimas Nr. 4

Pasitarę su vadovu, pasirenka vieną iš sekančių dalių:

- Jn 3 Nikodemas
- Jn 4 Moteris prie šulinio
- Lk 15 Sūnus palaidūnas
- Lk 10 Gerasis samarietis
- Lk 19 Zachiejus

Ir, pasinaudodami vienu iš žemiau pateiktų metodų, pasidalina mintimis apie tai, kaip Jėzus išgelbėja asmenis:

- Grupės diskusija su jūsų vadovu.
- Pasakyti kalbą.
- Parašyti esė.
- Pavaizduoti tai piešiniais, nuotraukomis, schemomis ar modeliais.
- Parašyti eilėraščių arba dainą.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### Tikslas

Padėti pėdsekiamis per Jėzaus elgesio su asmenimis tyrinėjimą suprasti, kad Dievas yra asmeniškai jais susidomėjęs.

### Mokymo metodai

- Nupieškite „Gyvenimo liniją“ pasirinktų asmenų ir išskirkite skirtingus dalykus, kurie nutiko jų gyvenime. Taip pat reikėtų atkreipti dėmesį į kitus svarbius dalykus ir pateikiant informaciją, kaip skirtingi įvykiai juos paveikė bei kaip pasikeitė jų gyvenimai.

#### Pavyzdys A: Asmens gyvenimas

Gyvenimas prieš tai, kai sutiko Jėzų	Kur ir kaip sutiko Jėzų	Ką Jėzus pasakė	Galutinis rezultatas
Kaip jie jautėsi	Kodėl jie atėjo Jį pamatyti	Asmens reakcija	

#### Pavyzdys B: Palyginimas

Gyvenimas namuose. Troškimai, mintys ir veiksmai.	Kaip įsivaizdavai, koks bus gyvenimas išėjus iš namų.	Koks jis buvo iš tikrųjų.	Kaip nusprendei sugrįžti namo.	Jausmai grįžtant namo.	Kas nutiko, kai grįžai namo.
--	---	---------------------------	--------------------------------	------------------------	------------------------------

- Panaudodami milimetrinio popieriaus lapą, pateikite jūsų pasirinkto herojaus patyrimą prieš ir po Jėzaus sutikimo. Po to skirtingomis spalvomis pavaizduokite Jėzaus požiūrį į žmogaus gyvenimą. Pakvieskite tyrinėtoją paaiškinti savo grafiką.

3. Įrašykite jauno žmogaus balsą, kuris neva pabėgo iš namų ir pakliuvo į bėdą. Jis skambina namo ir pasakoja savo istoriją bei teiraujasi, ar gali sugrįžti namo. Lai kiekvienas tyrinėtojas suvaidina patį blogiausią tėvą, atsiliepiantį į šį skambutį.

Po galimų atsakymų į šį skambutį sąrašo sudarymo, paskatinkite grupę atsakyti, suvaidinant patį geriausią tėvą. Sudarykite atsakymų sąrašą ir palyginkite juos palyginimo apie sūnų palaidūną šviesoje. Kad būtų įdomiau įrašykite skambinančiojo balsą iš anksto (prieš pamoką).

4. Nukopijuokite toliau pateiktą aptarimo vadovą kiekvienam dalyvaujančiam asmeniui. Po to, kai jie perskaitys ir pasirinks tinkamus atsakymus, skirkite laiko išsakyti savo mintis, kodėl jie pasirinko vieną ar kitą variantą. Tai vertybių išryškinimo pratimas.

### **Kai mažas žmogus sutiko Jėzų**

„Atvykęs į Jerichą, Jėzus ėjo per miestą. Ten buvo žmogus, vardu Zachiejus, muitininkų viršininkas ir turtuolis. Jis troško pamatyti Jėzų, koks jis esąs, bet negalėjo per minią, nes pats buvo žemo ūgio. Zachiejus užbėgo priekin ir įlipo į šilkmedį, kad galėtų jį pamatyti, nes jis turėjo tenai praeiti. Atėjęs į tą vietą ir pažvelgęs aukštyn, Jėzus tarė: „Zachiejau, greit lipk žemyn! Man reikia šiandien apsilankyti tavo namuose.“ Šis skubiai nulipo ir su džiaugsmu priėmė jį. Tai matydami, visi murmėjo: „Pas nusidėjėlių nuėjo į svečius?“ O Zachiejus atsistojęs prabilo į Viešpatį: „Štai, Viešpatie, pusę savo turto atiduodu vargšams ir, jei ką nors nuskriaudžiau, gražinsiu keturgubai.“ Jėzus tarė: „Į šiuos namus šiandien atėjo išganymas, nes ir jis yra Abraomo palikuonis. Žmogaus Sūnus atėjo ieškoti ir gelbėti, kas buvo pražuvę.““ Lk 19, 1-10

1. Jei būčiau Zachiejumi, o Jėzus sustų ir paprašytų manęs nusileisti, aš būčiau: (pažymėkite jums tinkamiausią atsakymą)
  - a. Šokiruotas
  - b. Išsigandęs
  - c. Neapsakomai džiaugsmingas
  - d. Sutrikęs
  - e. Susijaudinęs ir tuo pačiu metu išsigandęs
2. Kai Jėzus pakvietė Zachiejų vardu ir paprašė kartu su juo papietauti, Jis tikriausiai norėjo:
  - a. Pakalbėti su juo apie jo šešėlinį mokesčių rinkimą
  - b. Patenkinti jo smalsumą
  - c. Būti jo draugu
  - d. Padėti jam pasijausti vertingu
3. Man šioje istorijoje didžiausias dalykas yra būdas kaip Jis:
  - a. Ieško žmonių „įlipusių į medį“
  - b. Gali pakeisti „imantį“ į „duodantį“
  - c. Padaro „mažą žmogų“ dideliu
  - d. Nekreipia dėmesio, ką sako kiti
  - e. Kiekviename nusidėjėlyje mato „Abraomo sūnų“
  - f. Įeina į jūsų gyvenimą ir viskas pasikeičia
4. Jei Jėzus šiandien eitu pro mane, Jis tikriausiai:
  - a. Paklaustų manęs: „Kodėl tu visada manęs vengi?“
  - b. Mane apsikabintų
  - c. Gerai mane išbartų dėl mano gyvento gyvenimo
  - d. Pakviestų mane papietauti – parodytų, kad Jis tikrai yra mano draugas
  - e. Pappleknotu man per petį ir pasakytų, kad aš esu šaunuolis
  - f. Praeitų pro šalį neištaręs man nė žodžio

### **Testavimo metodas**

Užduoties atlikimas ir prasmingas jos aptarimas.



### *Reikalavimas Nr. 5*

Įsiminti ir paaiškinti Pt 20, 1 ir Pt 23, 29-32

**Klasės susitikimai:** Vienas

#### **Tikslas**

Padėti tyrinėtojams įsivaizduoti vaizdinius, naudotus Saliamono, kuomet jis perspėjino dėl alkoholinių gėrimų pavojų.

#### **Mokymo metodai**

1. Inicijuokite „Plakato konkursą“ blaivybės tema, panaudodami dvi įsimintinas eilutes kaip pagrindinę temą. Galima paprašyti bažnyčios tarybos skirti nugalėtojui tinkamą prizą. Plakatai gali būti pakabinti bažnyčios foje, o rinkimų dieną kiekvienas dalyvis gali pasakyti įsimintinas eilutes prieš tai, kai bus paskelbtas nugalėtojas.
2. Lai kiekvienas klasės narys dviejų įsimintinų eilučių tema padaro iškarpų albumą mažiausiai iš šešių didelių puslapių.

#### **Testavimo metodas**

Eilučių įsiminimas ir atitinkamų žinių pademonstravimas.

### *Pažangesniems*

### *Reikalavimas Nr. 1*

Paskaitykite apie J. N. Andrews. Aptarkite misinio tarnavimo svarbą bažnyčiai ir kodėl Kristus davė Didįjį Pavedimą (Mt 28, 18-20).

**Klasės susitikimai:** Trys

#### **Tikslas**

Padėti suprasti septintosios dienos adventistų bažnyčios misiją ir suprasti atsakomybę kiekvieno asmens, įvykdant Kristaus pavedimą, bei sužinoti apie bažnyčios pirmąją misionierinę veiklą.

#### **Mokymo metodai**

Paskaitykite jums prieinamas knygas apie bažnyčios pradžią bei jos plėtimąsi.

#### **Pagrindiniai įvykiai Septintosios dienos bažnyčios vystymesi Pagrindinis dėmesys į pasaulinę misiją**

- |      |  |
|------|--|
| 1844 | Didysis nusivylimas  |
| 1846 | Džeimsas ir Elena Vait susituokia  |
| 1848 | Sabatos konferencija   |
| 1850 | Prasidėjo leidybos darbas. Esamoji tiesa, Patikrinimas. E. G. Vait pirmoji knyga |
| 1852 | Bates'as į Battle Creek'ą.   |
| 1858 | Didžiosios kovos regėjimas   |
| 1860 | Išrinkti SDA vardas  |
| 1863 | Suformuota generalinė konferencija. Sveikatos reformos regėjimas.                |
| 1866 | Įkurtas Vakarinis sveikatos reformos institutas.                                 |
| 1874 | J. N. Andrews į Šveicariją. Battle Creek koledžo įkūrimas.                       |

### *Reikalavimas Nr. 2*

Padarykite misionierių ir tarnavimo vietų žemėlapi.

Pastaba: Iš čia pateiktų misionierių vieni tarnavo įvairiose pasaulio vietose, kiti įkūnija nesavanaudišką krikščionišką tarnavimą kitoms kultūroms daug sudėtingesnėmis nei „normaliomis“ sąlygomis.

Kai tikintieji pripažino Evangelijos paliepimo pilną atsakomybės svorį, misionieriai išsivažinėjo visomis pasaulio kryptimis. Sekantis sąrašas parodo tik keletą, kurie paliko savo namus ir keliavo į įvairiausias pasaulio kampelius, skelbdami antrąją advento žinią. Visi jie įsitraukę prieš 1900 m. Šių ankstyvųjų tikinčiųjų ir misionierių istorijos yra neįtikėtini pavyzdžiai veikiančio Dievo plano, prasidėjusio nuo 1844m. judėjimo ir besitęsiančio iki Jo sugrįžimo.

Būtų gerai pasirinkti klasei vieną ar kelis asmenis ar geografines teritorijas ir ištyrinėti informaciją, kuri yra prieinama. Po to visa tai pasidalinti Sabatos mokykloje ar susitikime.

Galite įsigyti didelį sieninį žemėlapij, kuriame pažymėtumėte ir daugelį kitų pavardžių, vietų su jų misionieriavimo datomis. Tai gali būti ir visų metų užsiėmimas.

J. N. Andrews	Šveicarija	F. H. Westphal	Pietų Amerika
John Mattesson	Skandinavija	D. T. Jones	Meksika
S. N. Haskell	Australija	C. B. Tripp	Centrinė Afrika
D. A. Robinson	Pietų Afrika	E. L. Sanford	Vakarinė Afrika
J. I. Tay	Polinezija	William Lender	Indija
William Arnold	Vakarų Indija	Jacob Reiswig	Rusija
F. J. Hutchins	Centrinė Amerika		



## TARNAVIMAS KITIEMS

Tarnavimo skyriaus tikslas yra suteikti galimybę tyrinėtojams asmeniškai įsitraukti į tarnavimą savo visuomenei.

### ☐ *Reikalavimas Nr. 1*

Susipažinkite su visuomenės tarnavimais jūsų teritorijoje ir prisidėkite bent prie vieno.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### **Tikslas**

Suteikti tyrinėtojui platesnį suvokimą apie padedančią kitiems visuomenės veiklą ir skatinti troškimą pasidalinti tų atsakomybių našta.

### **Mokymo metodai**

Jūsų visuomenės tarnavimų sąrašė gali būti:

- ❖ Laisvė nuo bado
- ❖ Raudonasis kryžius
- ❖ Raudonasis skydas (Gelbėjimo armija)
- ❖ Įvairūs bažnyčios ar pilietiniai tarnavimai
- ❖ Vietinės ar tarptautinės plėtros bei pagalbos agentūros
- ❖ Atkreipkite dėmesį į 9 naujus ADRA ženklus Tarnavime visuomenei. Juos galite rasti <http://youth.gc.adventist.org>

### **Krikščioniški tarnavimai**

1. Kelti susidomėjimą visuomenei skirta poilsio programa vaikams, jaunimui ir suaugusiems (hobai, rankdarbiai, užsiėmimai lauke, žygiai, tarpkultūriniai festivaliai).
2. Darbas institucijose (spausdinimas, bendras darbas, žaidimų pravedimas, rankdarbiai, grojimas pianinu, vaikų priežiūra).
3. Kas ketvirtį atlikti programą (ar dažniau, jei reikia).
4. Gėlių auginimas padovanojimui.
5. Skaitymo medžiagos tiekimas institucijoms.
6. Padėti nuimti ar surinkti derlių.
7. Vykdyti „Viešpaties laukai“ projektą.
8. bendradarbiauti bendruomenės apklausoje.
9. Palaikyti bendruomenės projektą.
10. Dirbti su nusikaltusiais nepilnamečiais.
11. Apsilankyti kalėjimuose, pataisos namuose ir t.t.
12. Ištyrinėti bendruomenės su sveikata susijusias problemas ir strategiškai suorganizuoti, kaip jas spręsti.
13. Skatinti gyventojus balsuoti.
14. Dalyvauti ekologijos visuomenėje gerinime.
15. Siųsti jaunimo grupes į mažas bažnyčias.
16. Maisto ir aprangos dalinimas.
17. Vaikų priežiūra.
18. Tarnavimas vyresnio amžiaus gyventojams.
19. Taisymo darbai.

Jei įmanoma apsilankykite mažiausiai trijose jūsų vietovės agentūrose, kad susipažintumėte, kur jos yra ir kokia jų veikla. Pasikvieskite bent vieną visuomeninės organizacijos atstovą, kad paaiškintų, ką jų organizaciją daro. Pagalba gali būti suteikiama dalyvaujant viename iš jų tarnavimų ar padedant administruoti veiklą ne mažiau kaip vieną valandą.

### **Testavimo metodas**

1. Dalyvavimas.
2. Pateikti vietinės bendruomenės paslaugas teikiančių organizacijų sąrašą.
3. Žodinė ar raštu pateikta ataskaita apie dalyvavimą tarnavime padedant visuomenei.

#### *Reikalavimas Nr. 2*

Dalyvauti bent trijose bažnyčios programose.

**Klasės susitikimai:** Veikla ne klasėje

### **Tikslas**

Plėtoti džiaugsmo patyrimą tarnaujant bažnyčioje.

### **Mokymo metodai**

Tyrinėtojai gali aktyviai įsitraukti ar/ ir dalyvauti planavime toliau pateiktuose bažnyčios tarnavimuose:

#### **Bažnyčios projektai**

1. Gerinti bažnyčios aplinką.
2. Dalyvauti bažnyčios tarnavimo komitetuose.
3. Būti aktyviu adventistų jaunimo organizacijos nariu.
4. Dalyvauti bažnyčios rekonstravime ir kambario įrengime.
5. Padėti pastoriumi išdalinti medžiagą, gėles, paskambinti žmonėms, kitokius pavedimus.
6. Išdalinti pakvietimus nepažįstamiems.
7. Aplankyti užsidariusius žmones, daryti tokius gerus darbus, kaip skaitymas ir muzikos grojimas. Nuvesti juos į parduotuvę ir parnešti prekes.
8. Prižiūrėti vaikus, kad tėvai galėtų sudalyvauti bažnyčios užsiėmimuose.
9. Padėti bažnyčios sekretoriumi.
10. Pravesti programas, tarnavimus įvairiose institucijose (prieglaudos namuose, kalėjimuose ir t.t.)
11. Parašykite istorijas apie bažnyčioje vykstančius įvykius į vietinius laikraščius ar bažnyčios laikraščius.
12. Palaikyti bažnyčios pastatą švarų ir patrauklų.
13. Pasirūpinti bažnyčios giesmynais, Biblijomis ir bažnyčios biblioteka.
14. Pasirūpinti gėlėmis.
15. Pasodinti daržą, kurio derlių išdalintumėte alkaniems.
16. Pradėti istorinių dalykų biblioteką.
17. Padėti tarnavime vaikams: papasakoti istorijas, paruošti priemones, rinkti medžiagą ir duoti vaikams.
18. Palaikyti bendravimą su asmenimis, kurie yra išvykę toli nuo namų.
19. Būti ištikimais ir padėti pastiprinti savo bažnyčios jaunimo grupelę.

### **Testavimo metodas**

Dalyvavimas

### *Pažangesniems*

#### *Reikalavimas Nr. 1*

Atvesti naują narį į Sabatos mokyklą, pėdsekių klubą ar neakivaizdinį Biblijos tyrinėjimo kursą.

## DRAUGYSTĖS VYSTYMAS

### □ Reikalavimas Nr.1

Dalyvauti diskusijoje ar vaidinime apie draugų daromą spaudimą ir jūsų vaidmenį apsisprendžiant. Draugų spaudimas daro teigiamą ir neigiamą poveikį santykiams bei sveikatai. Jūs galite naudoti abi dalis sveikatai ir fizinį pasirengimą, kad padėtumėte dalyviams suprasti jų reikšmę visapusiškai gerovei.

**Klasės susitikimai:** Trys 20 min. periodai

### Mokymo metodai

1. Įvardinkite problemas, su kuriomis gali susidurti tyrinėtojai.
2. Pateikite problemas grupei aptarimui bei sprendimų ieškojimui. Žiūrėkite į „Šaltiniai“ dalį, kur yra siūlomos temos diskusijoms bei sprendimai tiek valstybinėms, tiek bažnytinėms mokykloms. Pasikonsultuokite su savo pastoriumi ar konferencijos jaunimo vadovu, jei jaučiate, kad kai į kai kurias temas neturite tinkamo atsakymo.
3. Aptarkite elgesį bei santykius, kurie skatintų teigiamą liudijimą ir palengvintų veiksnius ar draugų spaudimą.
4. Pakalbėkite apie idėjas, kaip dalintis tikėjimu.

### Šaltiniai

1. Siūlomi klausimai ir atsakymai valstybinėms mokykloms:
  - a. Ar turėčiau prisijungti prie mokyklos sporto komandos, jei galimos problemos dėl Sabatos ateityje?

Jei esate atliškias ir pranokstate kitus bet kokiame sporte, tai niekas netrukdo jums prisijungti prie sporto komandos, jei:

    - ❖ Treneris suvokia prieš jums prisijungiant, kad jūs negalėsite dalyvauti penktadienio vakarais ir šeštadieniais.
    - ❖ Mokytojas pripažįsta jūsų principus ir užtikrina, kad neprašys jiems nusižengti.
    - ❖ Veikla nebus svarbesnė labiau už krikščionišką praktiką.
  - b. Ką daryti, jei klasė vyksta į kelionę savaitei ar savaitgalyje?
    - ❖ Vyk su jais, jei iš vis įmanoma keliauti visą savaitę. Dar kartą prieš išvykimą turėsi paaiškinti savo dietos poreikius ir gauti leidimą pasiimti savo pakaitalą, jei būtina. Savaitgalio kelionėse gali prirėikti susitarti su mokytoju, kad turėtumėte laisvą Sabatą ar prisijungti veikloje šeštadienio vakare.
  - c. Ką man atsakyti į pakvietimą į mokyklos šokius?
    - ❖ Pirmiausiai padėkok asmeniui už pakvietimą ir tada pasidalink savo įsitikinimais dėl pramoginių veiklų. Jei to neužtenka jūsų draugui, būk dar tikslesnis. (Paprasykite vietinės konferencijos jaunimo vadovo lankstinuko apie šokius.)
  - d. Jūsų visi draugai penktadienio vakare eina į mokyklos ceremoniją ir nori žinoti, kodėl tu neini. Ką atsakysi?
    - ❖ Būk sąžiningas ir nesistenk nuslėpti. Paprastai paaiškink, kad penktadienio saulėlydžio metu prasideda biblijinė Sabata. Pasidalink, kodėl tu šventi Sabatą kaip laiką skirtą garbinimui.
  - e. Tu susiduri mokykloje su vaikais, kurie vartoja narkotikus. Ką tu darysi? Yra du dalykai, kuriuos turėtum padaryti:
    - ❖ Pirmiausia, įsitikink, kad jie žino, jog tu neįsitrauksi.
    - ❖ Antra, pasinaudok galimybe pasidalinti su jais, kodėl atsisakai dalyvauti. Poveikis kūnui, ypatingai protui ir galimas po to pasekmės vaikams.
  - f. Tavo mokytojas/a šaiposi iš pasaulio sukūrimo ir/ arba krikščionybės. Ar tu nutylėsi, ar...?

Tu visada turi elgtis su mokytoju pagarbiai:

    - ❖ Pasakyk jam asmeniškai ir privačiai apie tavo įsitikinimus bei paprašyk jo gerbti tavo bei kitų klasės draugų įsitikinimus. Nesutrikdykite mokytojo prieš visą klasę.

- ❖ Pasinaudok galimybe, išskeldamas klasėje diskusiją, kad išreikštum savo įsitikinimus.
  - ❖ Testo metu pateik atsakymus, kurių reikalauja mokytojas. O toliau gali išdėstyti savo asmeninius įsitikinimus.
2. Siūlomi klausimai ir atsakymai bažnytinėms mokykloms:  
Siūlomas metodas: Už atsakymus pažymėtus (A) taškus padvigubinkite.
- Ką darytum, jei kai kurie iš tavo mokyklos vaikų:**
- a. Stengtųsi įsiūlyti tau cigaretę ar išgerti?
    - ❖ Pasakytum mokytojui
    - ❖ Nieko nedarytum
    - ❖ Pamokslautum jam
    - ❖ Su kiekvienu kalbėtum asmeniškai, išreikšdamas savo susirūpinimą (A)
  - b. Nedalyvauja maldos savaitėje?
    - ❖ Pasikalbėtum apie jį
    - ❖ Bartum, kad to nedaro
    - ❖ Mėgintum susidraugauti (A)
    - ❖ Melstumeis už jį (A)
    - ❖ Pasakytum savo draugams, kad su juo neturėtų jokių reikalų
  - c. Nėra septintosios dienos adventistai?
    - ❖ Laikytumeisi kuo toliau nuo jų
    - ❖ Pakviestum į bažnyčią (A)
    - ❖ Padėtum pasijausti jiems, kad jie priklauso tai bažnyčiai (A)
    - ❖ Paskatintum prisijungti prie pėdsekių (A)
    - ❖ Pasakytum jiems, kad geriau lankytų valstybinę mokyklą
  - d. Jaučiasi labai vieniši ir atstumti?
    - ❖ Ignoruosi juos
    - ❖ Stengsies susidraugauti (A)
    - ❖ Paskatinsi kitus jais susidomėti (A)
    - ❖ Pasišaipysi iš jų
    - ❖ Įtrauksi juos į kiekvieną įmanomą veiklą (A)
  - e. Paprašė su jais nueiti į kiną?
    - ❖ Pasakysi, kad juos įskūsi
    - ❖ Apsimesi, kad negirdėjai
    - ❖ Verčiau eisi, nei sukelsi sambrūzdį
    - ❖ Pamokslausi jiems
    - ❖ Mandagiai pasakysi „ne“ ir paaiškinsi, kodėl pasirinkai neiti (A)
    - ❖ Eisi ir tuo pasimėgausi

### **Siūlymai, kaip pasidalinti savo tikėjimu**

1. Bibliotekose palikite laikraščių
2. Bibliotekose palikite knygų
3. Rodykite filmus apie sveikatą ir saikingumą
4. Žmogus žmogui evangelizacija – kalbėti, dalintis literatūra
5. Skatinti žmones žiūrėti mūsų televiziją.
6. Pakvieskite mokytojus ir mokinius į ypatingus susitikimus.
7. Dalyvaukite mokyklos susirinkimuose arba pats juos organizuokite, kai išreiškiamas rūpestis kitais
8. Susitikite su kitais krikščionimis pasimelsti už mokinius ir mokyklos darbuotojus.
9. Pašvęskite savo gyvenimą Dievui kasdien ir prašykite panaudoti jus pagal Jo valę!

### **☐ Reikalavimas Nr. 2**

Apsilankyti savivaldybės biuruose ar pasikviesti miesto valdžios atstovą į susitikimą su pėdsekiomis, o po to paaiškinti 5 būdus, kaip galėtumėte su jais bendradarbiauti.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### **Tikslas**

Tęsti koncepcijos vystymą, kad krikščionys yra geri piliečiai, suinteresuoti vyriausybės gerove bei jos vadovavimu, trokštantys būti paslaugiais bet koku aspektu tiek, kiek leidžia mūsų sąžinė.

### **Mokymo metodai**

1. Jei planuojate aplankyti vietinius valdžios atstovus, iš anksto paruoškite klausimus – gebėjimas pateikti kruopščiai apgalvotus klausimus padaro gerą įspūdį miesto valdžiai.
2. Taip pat šiam susitikimui turite būti apsivilkę tvarkingą uniformą, jei svečias aplanko jus, atidžiai suplanuokite vėliavos pakėlimo ceremoniją, parodydami tinkamą panaudojimą ir pagarbą visoms vėliavoms.

### **Pažangesniems**

#### **☐ Reikalavimas Nr. 1**

Gauti vieną iš žemiau nurodytų ženklų:

1. Savęs priežiūra bei manieros
2. Šeimos gyvenimas

### **Krikščionio savęs priežiūra bei manieros**

1. Kokią gerai subalansuotą stiprybių kombinaciją augdamas Jėzus vystė? (Lk 2, 52)
2. Pagal 8 psalmę, ką Dievas jumyse asmeniškai vertina?
3. Ar Dievui svarbūs vardai? Ar Jis žino tavo vardą? (Iz 43, 1; Iš 33, 17; Iz 45, 4)
4. Pademonstruokite arba aptarkite tinkamus kalbėjimo įgūdžius, apimant ir:
  - a. Tinkamas būdas viešai kalbėti su vyresniais žmonėmis
  - b. Kaip kreiptis į žmones ir tinkamai pradėti kalbą
  - c. Klausimai, kurių reikėtų vengti
  - d. Kaip sugalvoti, ką malonaus pasakyti
  - e. Kaip parodyti susirūpinimą kitų jausmais
  - f. Ką sakyti, kai atsiliepiate už uždarytų durų
  - g. Kaip tinkamai atsiliepti į telefono skambutį
5. Jei norite panaudoti savo iškalbos dovaną Dievo šlovei, tai kokia turėtų būti tavo malda? (Ps 19, 14)
6. Išvardinkite septynis dalykus, parodančius teisingos laikysenos galią. Patikrinkite savo stovėseną ir kūno profilį. Pademonstruokite, kaip teisingai sėdėti ir stovėti. Perskaitykite „Ugdymas“ 198 p. (puslapis nurodytas originalo) 3 pastraipą ir atkreipkite dėmesį į privalumus, kurie kyla iš taisyklingos stovėsenos.
7. Pateikite dvi priežastis, kodėl yra svarbi fizinė būklė. Paaiškinkite sąsają su tinkama mityba, mankšta ir svorio kontrole.
8. Pasakykite tinkamos savęs priežiūros svarbą, apimant ir maudymąsi, kūno higieną, burnos kvapą, tinkamą rūbų, batų priežiūrą ir t.t.
9. Apibūdinkite tinkamą plaukų plovimą bei plaukų priežiūrai skirtų priemonių priežiūrą.
10. Apibūdinkite tinkamą rankų ir nagų priežiūrą.
11. Žinoti kasdieninės „sielos priežiūros“ ir krikščioniško charakterio tobulinimo svarbą, ir kodėl „priklausymas Kristui“ keičia jūsų apsirengimo būdą ir elgesį.
12. Aptarti Šventojo Rašto gaires, kurios padėtų jums susitvarkyti su savo seksualumu ir išlaikyti jūsų mintis švarias. Protingai pakalbėkite apie tinkamus ir netinkamus pasimatymo dalykus.

13. Išvardinkite keturis dalykus, kodėl veidas yra svarbus tau, ir parodykite, kaip mankšta ir miegas gali pagerinti veido išvaizdą. Kaip siejasi mintys su veido išraiška? Apibūdinkite tinkamą veido priežiūrą.
14. Žinoti stalo etiketo taisykles, kurios padės tau ir aplink tave esantiems. Tokios kaip, ką daryti su peiliu ir šakute, po jų panaudojimo. Žinoti, kaip būti pageidaujamu svečiu prie pietų stalo.
15. Išvardinti dešimt principų, padedančių nugalėti drovumą ir varžymąsi prieš žmones.

### **Jaunoms merginoms**

16. Pademonstruokite du pratimus, kurie pagerintų jūsų laikyseną, sulieknintų jūsų klubus, liemenį, šlaunis ir pilvą.
17. Žinoti, kaip pasirinkti plaukų stilių, kuris labiausiai tiktų.
18. Pasakyti tinkamą aprangos stilių, jei žmogus yra aukštas, apkūnus, žemas, plonas, kriaušės ar obuolio kūno tipo.
19. Pademonstruoti kaip tinkamai apsivilkti palatą ar skraistę.

### **Jauniems vaikinams**

16. Pasakykite, kaip turėti gerai prižiūrėtus plaukus ir pasirinkti plaukų stilių, kuris tiktų geriausiai.
17. Išvardinti rengimosi taisykles ir tinkamus aprangos stilius aukštam ir plonam arba žemam ir putliam žmogui.
18. Pasakyti, kodėl krikščionis turi mokytis gerų manierų. Pademonstruoti, kaip pasodinti merginą ar moterį prie stalo, ir kaip tinkamai palydėti poniją/panelę iš jos namų į socialinį susibūrimą.

### *Igūdžių lygis 2*

#### **Šeimos gyvenimas**

1. Paaiškinkite tėvo, motinos, sesers, brolio vaidmenis bei Bibliją pranašystės dvasioje.
2. Kuo skiriasi pagarba sau nuo išdidumo? Parašykite pastraipą apie dalykus, dėl kurių jūs gerai jaučiatės savo šeimoje. Įtraukite ir dalykus, kuriais didžiuojatės dėl jūsų šeimos savybių bei pasiekimų.
3. Darykite vieną iš žemiau pateiktų dalykų vieną savaitę:
  - a. Tinkamai pasirūpinkite atliekomis (šiukšlėmis)
  - b. Išplaukite indus
  - c. Išplaukite drabužius
  - d. Nuvalykite dulkes ir išplaukite grindis
4. Parodykite, kad galite pasirūpinti jaunesniais šeimos ar kaimynų nariais bent porą valandų.
5. Sudarykite sąrašą, kam jūsų šeima išleidžia pinigus. Paaiškinkite jūsų atsakomybę dėl šeimos finansų.
6. Sudarykite veiklų sąrašą, kuriomis galėtų džiaugtis jūsų šeima.
7. Suplanuokite ir praveskite šeimos garbinimo laiką bei pateikite ataskaitą.
8. Žinoti, ką daryti, jei jūsų namuose įvyktų: nelaimingas atsitikimas, gaisras, mirtų artimas žmogus, finansinė krizė, audra.
9. Suplanuokite priešgaisrinės evakuacijos apmokymus savo namuose.
10. Paminėkite penkis dalykus, kaip galėtumėte parodyti dėmesį ar susidomėjimą savo kaimynais.
11. Paanalizuokite savo šeimos rekreacinę veiklą ir paaiškinkite, kaip ją galėtumėte pagerinti.



## SVEIKATA IR FIZINIS PASIRENGIMAS

Šios dalies tikslas yra sukurti informuotumą apie pavojus, susijusius su alkoholio vartojimu.

Šiai daliai skiriami du klasės susitikimai ir vienas pažangesnių daliai bei plius įvairių veiklų laikas ne klasėje. Jūs galite pasirinkti išpildyti pirmą ir antrą reikalavimus arba pasirinkti tik kiekvieno labiausiai tinkančią dalyviams dalį.

### Reikalavimas Nr. 1

Atlikite vieną iš sekančių veiklų:

- A. Dalyvauti grupės aptarime apie alkoholio, narkotikų poveikį organizmui.
- B. Pažiūrėkite filmą apie alkoholį arba kitas narkotines medžiagas ir aptarkite jų poveikį žmogaus organizmui.

### Tikslas

Paaiškinti daugelį nesusipratimų susijusių su alkoholio ir narkotikų poveikiu organizmui.

### Mokymo metodai

**DALIS A.** Kiekvienam klasės nariui padarykite „Tekėjimo schema“, parodančią, kaip alkoholis veikia organizmą. Panaudodami lentą aptarkite ir trumpai išskirkite faktinį alkoholio poveikį pagrindiniams kūno organams. Tada tyrinėtojai gali persirašyti informaciją į savo schema. Sekančią savaitę galite suorganizuoti Taip/Ne viktoriną, kuri padėtų aptarti ir prisiminti sužinotą informaciją.

Taip/ Ne viktorina (atsakymai pateikti kaip pagalba mokytojui)

- |   |   |
|---|---|
| 1. Alkoholis yra stimulatorius.   | N |
| 2. Alkoholis padidina pasitikėjimą savimi, bet susilpnina sugebėjimą priimti tinkamą sprendimą. | T |
| 3. Alkoholis sušildo kūną.  | N |
| 4. Alkoholikai geria kiekvieną dieną.   | N |
| 5. Kavos gėrimas, šalto dušo priėmimas, grynas oras ir t.t. padeda greičiau išsiblaivyti.       | N |
| 6. Problemų susijusių su alkoholiu galima rasti tarp įvairių sluoksnių žmonių.                  | T |
| 7. Alkoholis naikina kepenų ląsteles.   | T |
| 8. 95% patekusio į kūną alkoholio yra absorbuojama į kraujotaką per žarnyną.                    | N |
| 9. Alkoholis dirgina inkstus, todėl padidėja skysčių netekimas.                                 | T |
| 10. Alkoholis paveikia tik tuos žmones, kurie neturi valios.                                    | N |

### Tekėjimo schema – Alkoholis veikia šias kūno dalis

1. Smegenys
  - ❖ Alkoholis slopina smegenų centrus tokiu būdu sąlygodamas koordinacijos nebuvimą, sumišimą, nesugebėjimą priimti tinkamus sprendimus ir t.t.
  - ❖ Alkoholis naikina smegenų ląsteles.
  - ❖ Geriant ilgesnį laiko tarpą atsiranda atminties praradimas, nesugebėjimas nuspręsti ir susilpnėja sugebėjimas mokytis.
2. Kepenys
  - ❖ Alkoholis sukelia uždegimą kepenų ląstelėse, todėl jos ištinsta.
  - ❖ Jei geriama ilgiau, didėja sunaikintų ląstelių skaičius, o galiausiai išsivysto kepenų cirozė.
3. Širdis
  - ❖ Alkoholis sukelia širdies raumens uždegimą.
  - ❖ Turi toksinį poveikį ir paskatina didesnę riebalų kaupimąsi.
4. Skrandis
  - ❖ Alkoholis dirgina skrandžio gleivinę, tokiu būdu sukeldamas skrandžio ar dvylikapirštės žarnos opas.
5. Inkstai ir šlapimo pūslė

- ❖ Alkoholis dirgina šlapimo pūslės gleivinę, tokiu būdu pūslė negali tinkamai išsitempti.
  - ❖ Jis dirgina inkstus, padidindamas skysčių netekimą.
6. Burna ir stemplė
- ❖ Alkoholis dirgina jautrią gerklės ir stemplės gleivinę. Slinkdamas žemyn jis ją nudegina.
7. Kraujagyslės
- ❖ 95% išgerto alkoholio kūnas absorbuoja į kraujotaką per skrandžio ir dvylikapirštės žarnos gleivinę.
  - ❖ Todėl jis greitai nukeliauja į kiekvieną kūno ląstelę bei audinį.
  - ❖ Dėl alkoholio raudonieji kraujo kūneliai sulimpa į lipnius kamšalus, kurie sulėtina cirkuliaciją ir sukelia deguonies trūkumą audiniuose.
  - ❖ Jis taip pat sukelia anemiją sumažindamas raudonųjų kraujo kūnelių gamybą.
  - ❖ Alkoholis sumažina baltųjų kraujo kūnelių sugebėjimą naikinti bakterijas ir slopina kraujo trombocitų sugebėjimą krešėti.

### **Mitai ir faktai apie alkoholį**

1. Mitas Alkoholis yra stimulatorius.

**Faktas Alkoholis gali atrodyti stimulatoriumi, nes jis atpalaiduoja susikaustymą. Alkoholis yra slopinantis.**

2. Mitas Šiek tiek išgėrus pagerėja jūsų įgūdžiai.

**Faktas Alkoholis normaliai nepagerina fizinių ir protinių sugebėjimų. Jis gali sustiprinti pasitikėjimą savimi, bet sumažinti savikritiką, savikontrolę bei sugebėjimą tinkamai nuspręsti. Išgėrusiam gali atrodyti, kad rodikliai pagerėjo, o iš tikrųjų jie gali būti pablogėję.**

3. Mitas Alkoholis sušildo kūną.

**Faktas Išgėręs alkoholio žmogus gali pasijusti šilčiau, nes priverčia kraują pakilti į odos paviršių. Tai sumažina kūno temperatūrą, nes prarandama šiluma.**

4. Mitas Geriant alų netampama alkoholiku.

**Faktas Alus vis dar turi potencialiai sukeltą priklausomybę ingredientą – etilo alkoholį. Kadangi alkoholio jame mažiau, tai reiškia, kad asmuo turi išgerti daugiau alaus, jog pasigertų palyginus su vynu ar viskiu.**

5. Mitas Alkoholikai geria kiekvieną dieną.

**Faktas Kai kurie alkoholikai geria tik savaitgaliais. Alkoholizmas reiškia, kad žmogus negali kontroliuoti savo gėrimo.**

6. Mitas Alkoholis padeda išgydyti peršalimus.

**Faktas Kai kurie simptomai gali kurį laiką pagerėti, bet alkoholis negydo peršalimų.**

7. Mitas Kavos gėrimas, šalto dušo priėmimas, grynas oras ir t.t. padeda greičiau išsiblaivyti.

**Faktas Šie metodai gali padaryti išgėrusįjį paprasčiausiai žvalesniu. O tai gali būti net pavojingesnis dalykas, nes gali jaustis labiau pajėgiančiu ką nors daryti ir mėginti vairuoti automobilį, kas priveda prie liūdnų rezultatų. Reikia laiko,**

### **kad alkoholis būtų pašalintas iš organizmo.**

8. Mitas Visi alkoholikai yra nevykėlio tipo asmenys.

**Faktas** Alkoholizmo problemų galima rasti visuose socialiniuose sluoksniuose. Tik apie 3% alkoholikų yra nevykėlio tipo asmenys.

9. Mitas Alkoholikai yra moraliai silpni žmonės.

**Faktas** Tai nebūtinai gali būti tiesa; nors alkoholis veikia smegenų centrus, kontroliuojančius nuovoką, mąstymą ir valią.

10. Mitas Moterys netampa alkoholikėmis.

**Faktas** Moterys tikrai tampa alkoholikėmis, bet ne taip lengvai atpažįstamos, nes jų gėrimo problema dažniausiai slepiama namuose. Pastaraisiais metais moterų alkoholizmo problemų skaičius išaugo.

Žemiau pateikta lentelė gali būti panaudota aptarimui.

### **Maisto ir alkoholio savybių palyginimas**

	<b>Maistas</b>	<b>Alkoholis</b>
Kūno augimas ir vystymasis	Skatina	Gali sustabdyti
Gali kauptis organizme	Taip	Ne
Poveikis fizinei ir protinei veiklai	Padeda	Trukdo
Įtakoja organizmo temperatūrą	Palaiko	Sąlygoja praradimą
Vitaminai	Daug	Tik pėdsakai
Atsparumas infekcijoms	Padidina	Sumažina

**DALIS B.** Pažiūrėkite ir aptarkite filmą apie alkoholį ir kitus narkotikus.

#### **Testavimo metodas**

Dalyvavimas

#### *Reikalavimas Nr. 2*

Aptarkite savigarbos ir savivertės svarbą susiejant tai su draugų spaudimu. Draugo spaudimas santykiams ir sveikatai gali turėti teigiamą ir neigiamą įtaką.

#### **Tikslas**

Parodyti tyrinėtojiui, kas jos/ jo vertė ateina iš Dievo.

#### **Mokymo metodai**

1. Aptarkite Iz 43, 1.3 Dievas žvelgia į tave kaip į labai ypatingą asmenį.
2. Draugai yra:
  - ❖ Svarbūs visiems žmonėms
  - ❖ Kiekvienam reikia draugo.
3. Aptarkite draugų spaudimo ir toli to siekiančių pasekmių svarbą.
  - ❖ Kaip žmonės jaučiasi
  - ❖ Jo poveikį elgesiui su kitais.

4. Paaiškinkite skirtumą tarp savigarbos ir savivertės.
5. Aptarkite, kodėl žmonės dažnai jaučiasi nepatogiai arba dėkingi.
  - ❖ Ar jūs pats sau patinkate?
  - ❖ Manote jūs esate protingas ar kvailas?
  - ❖ Ar jaučiatės netikėliu?
6. Žmonės su žema savivarte.
  - ❖ Iškelia save kitų sąskaita.
  - ❖ Menkina kitus
  - ❖ Menkina save
  - ❖ Jiems reikia patvirtinimo
  - ❖ Išsireikalauja komplimentų
  - ❖ Iškelia save
  - ❖ Per daug kritiškai
  - ❖ Kadangi žema savivartė gali įtakoti sprendimus, tai jam svarbu nusistatyti tikslus.
7. Aptarkite, kaip įgyti aukštą savigarbą.
  - ❖ Nesmukdyti savęs
  - ❖ Galvoti apie naujus talentų vystymo būdus
  - ❖ Nenorėti „pasirodyti“
  - ❖ Naudokite talentus prisidėti prie šeimos, mokyklos, bažnyčios bei bendruomenės veiklos
  - ❖ Prisiimkite atsakomybes
  - ❖ Nenusiteikite nesėkmei.
8. Suraskite Biblijoje pavyzdžius, parodančius, kaip Dievas padaro didvyriais paprastus žmones: - Juozapas – Gideonas – Esterė – Rūta - Dovydas

## *Pažangesniems*

### *Reikalavimas Nr. 1*

Dalyvauti 16 km žygyje ir sudaryti tam žygiui reikalingų rūbų sąrašą.

**Klasės susitikimai:** Vienas ir laikas ne klasėje

### **Tikslas**

1. Tobulinti stebėjimo įgūdžius ir tiksliai užrašyti svarbiausius dalykus.
2. Vystyti fizinę ištvermę.

### **Paaiškinimas**

Žinoti vietovę, kur planuojate keliauti bei informuoti dalyvius apie fauną ir florą, kurią gali jie pamatyti toje vietovėje. Daug lengviau kažką surasti, jei žinai, ko ieškai.

Vidutinės temperatūros klimatas: marškinėliai ilgomis rankovėmis, ilgos laisvos kelnės, vilnoniai megztiniai, atsparūs drabužiai lietui/ vėjui, tvirti batai, kepurė; pabrėžiant rūbų patogumą.

Tinkami batai: turi būti lygūs viduje ir apimantys kulną, bet laisvai vietos judėti pirštams. Padas turi būti stiprus bet lankstus, viršus minkštas ir lankstus. Geriausia medžiaga oda, padas su plačiu žemu kulnu.

Kojinės: vilna tinka geriausiai, geriausia baltos ir šiek tiek didokos.

Šie reikalavimai gali būti kaip pradinis taškas „Žygio“ ženklui.

### **Mokymo metodai**

Lai kiekvienas dalyvis parašo savo sąsiuvinyje kelionės ataskaitą, įtraukiant ir nuotraukas, dalykus rastus žygyje ar jų matytų dalykų piešinius.

Jūs galite turėti kelionės tikslą, pvz. Sužinoti vietovės istoriją.

## ***Kelionės ataskaita arba žurnalas***

Ataskaita arba žurnalas turi būti vedamas kiek įmanoma greičiau po žygio ar ekspedicijos, kol prisiminimai yra švieži ir ryškūs. Turėtų būti įdomu ir naudinga aprašyti pasiruošimą ir pačią kelionę. Pirmoje dalyje turėtų būti: grupės pavadinimas, dalyviai, kelionės tikslas, datos, vietovė ir autorius. Pagrindinėje žurnalo dalyje turėtų būti dienos veiklų aprašymai, įskaitant orą, stovyklavietės aplinką, maistą, vietovės tipą, ryškesnius orientyrus, vietas, kurių reikėtų saugotis, gyvūnų ir paukščių gyvenimą, medžių rūšis, krūmus, gėles, įdomius įvykius, kitų reakcijas, įrankių naudojimą, žemėlapius, eskizus, nuotraukas ir t.t. Visuose žurnaluose turi būti ranka pieštas maršruto žemėlapis, kuriame pažymėta apytikslis mastelis, įvairius žemės, jūrų žymėjimai, pasienio kontrolės postai, stovyklavietės, šiaurės kryptis ir data. Žurnale turi būti pilnas įrangos/ aprangos sąrašas – pastabos dėl įrangos ar aprangos pakankamumo ar trūkumo, maisto produktų bei meniu sąrašas, patiekalų tinkamumas, pirmosios pagalbos priemonių naudingumas ir t.t. Uždaviniai, kurių ėmėsi dalyviai ir individualūs komentarai apie narių lūkesčius, reakcijas ir jausmus dėl kelionės. Pateikimas turėtų būti užrašų sąsiuvinio forma, aplankų segtuvo, fotografijų, garso įrašų ar kitokia vaizdinga forma.

### **Mokymo metodai**

Dalyvavimas ir raštu pateikta ataskaita.

#### **☐ Reikalavimas Nr. 2**

Aptarkite draugo spaudimo įtaką ir priešsantuokinę seksualinę elgseną bei narkotikus.

### **Tikslas**

Supažindinti tyrinėtojus su draugų stipria spaudimo tiek gera ir tiek bloga įtaka bei subtiliomis spaudimo technikomis.

### **Mokymo metodai**

1. Įvardinkite faktorius, kurie įtakoja paauglius įsitraukti į priešsantuokinius seksualinius santykius arba žalingų medžiagų vartojimą, pvz.: narkotikai, alkoholis skausmo malšintojai ir t.t.
  - ❖ Dviprasmybės pvz.: Nike firmos „Tiesiog padaryk tai“ kampanija.
  - ❖ Vidinis spaudimas – asmeniniai polinkiai ir motyvacijos
  - ❖ Draugų spaudimas – draugų arba kitų to paties amžiaus žmonių įtaka.
  - ❖ Pasąmoninės žinutės, pvz. Per kalbą, kūno kalbą, nuotraukas, muziką, reakcijas.
2. Įvardinkite būdus, kaip paaugliai galėtų pagerinti atmosferą savo šeimoje.
3. Atpažinti draugų teigiamo ar neigiamo spaudimo pobūdį bei mastą.
4. Aptarti vidines priežastis, kodėl paaugliai tampa seksualiai aktyvūs arba vartoja kenksmingas medžiagas.
5. Aptarkite neigiamą visokių medijų įtaką – knygos, filmai, muzika, TV, reklamos/ reklaminiai stendai.

## **ORGANIZAVIMO IR VADOVAVIMO VYSTYMAS**

### *Reikalavimas Nr. 1*

Praveskite savo klube susitikimą arba Sabatos mokyklą.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### **Mokymo metodai**

Vystyti gebėjimą kalbėti viešai ir supratimą, kaip tai įvertinti tobulėjimo palengvinimui.

### **Paiškinimas**

A. Tipiškas klubo susitikimo atidarymas:

18:30 Susirinkimas (pakviečiami švilpuku)

18:31 Ištikimybės pasižadėjimas

18:35 Pradžios malda

18:37 Pasidalinimas mintimis iš Rašto

18:45 Grupės laikas

19:00 Pradėti pirmąją veiklą

A. Mintys Sabatos mokyklos programai:

9:20 Giedojimas

9:40 Malda

9:42 Dvasinių atradimų pristatymas

10:05 Tarnavimo kitiems veiksmų planas

10:15 Pamokėlės apžvalga

10:35 Liudijimai/ Misijos ataskaitos

10:45 Pabaigos malda

### *Reikalavimas Nr. 2*

Padėkite savo grupei ar klubui suplanuoti tokią ypatingą veiklą kaip projektas nelaimingiems vaikams, bendruomenės gražinimo ir t. t. bei tą veiklą įvykdykite.

**Klasės susitikimai:** Vienas suplanavimui ir vienas pačiam įvykiui.

### **Tikslas**

Dėmesys skiriamas planavimui. Dalyviai turi tobulinti sugebėjimą planuoti veiklas, į kurias bus įtraukti. Kai dalyviai suplanuoja bei padaro, jie dar labiau įsitraukia ir tai jiems suteikia daugiau prasmės.

### **Mokymo metodai**

Pats įvykis gali būti vienas iš tokių kaip tarnavimas kitiems.

### *Pažangesniems*

### *Reikalavimas Nr. 1*

Sudalyvauti ypatingame tokiaame klubo įvykyje, kaip investitūra, atvirų durų dienos, priėmimas arba pėdsekių Sabata ir sudalyvaukite to įvykio įvertinime kartu su „Kompanionų“ klase.

## GAMTOS TYRINĖJIMAS

Šios dalies tikslas yra įvardinti tam tikras žvaigždes, planetas bei žvaigždynus kaip dangaus tyrinėjimo įvado pagrindą ir praplėsti jaunių floros ir faunos vertinimą.

Šios dalies mokymui skirti šeši klasės susitikimai, suvokiant, kad reikės šiek tiek laiko padirbėti ir namuose.

### *Reikalavimas Nr. 1*

Jei gyvenate šiauriniame pusrutulyje, turite sugebėti nustatyti Šiaurinę žvaigždę, Oriono žvaigždyną, Sietyną ir dvi planetas. Jei gyvenate pietiniame pusrutulyje, turite sugebėti nustatyti Achernaro žvaigždę, Pietinio Kryžiaus, Kentaurio ir Oriono žvaigždynus. Žinoti dvasinę Oriono reikšmę, kaip parašyta „Ankstyvuosiuose raštuose“.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### **Mokymo metodai**

1. Skaitykite „Ankstyvųjų raštų“ 41 psl.
2. Su grupe išsiruoškite stebėti keleto žvaigždynų. Kai jie juos pamatys, sudarykite jų žemėlapij susietą su žemės paviršiumi. Informuokite apie stebėjimo datą ir valandą.
3. Lai grupė pakartoja šią veiklą po šešių valandų tą pačią naktį. Paaiškinkite jiems pasikeitimus.
4. Pasakykite jiems, kodėl Šiaurinė žvaigždė yra naudojama navigacijai, ir paaiškinkite, kuo skiriasi pietų pusrutulio dangus.
5. Lai pati grupė atranda, ar jūsų platumoje iš vis matomas Pietų Kryžius.
6. Suraskite Achernarą ir nustatykite vietą danguje palyginus su žvaigždynais.
7. Pasistenkite stebėjimui surasti ką nors, kas turi teleskopą.
8. Suplanuokite kelionę į planetariumą.

### **Testavimo metodas**

Sugebėjimas nustatyti.

### **Žvaigždžių schemas**

Raskite jūsų vietovės žvaigždžių schemas ir nusikopijuokite.

### *Reikalavimas Nr. 2*

Užbaikite vieną iš sekančių ženklų: Gyvūnų stebėjimas, Kaktusai, Gėlės, Žvaigždės ar Oras.

**Klasės susitikimai:** Keturi

### **Tikslas**

Toliau plėsti savo žinias ir pomėgius bei suvokti neribotą Dievo žinojimą ir galią.

### **Mokymo metodai**

1. Pokalbis su specialistais
2. Iliustruoti pokalbiai – knygos, skaidrės
3. Aplankyti planetariumą
4. Išvykos į gamtą
5. Kolekcionavimas
6. Filmai

Lai tyrinėtojai patys tyrinėja. Paskatinkite juos padaryti savo knygas pagal pasirinktą ženklą. Reikalavimai išvardinti jūsų patogumui. Neskaitykite vien tik savo užrašus, bet pasinaudokite prieš tai išvardintais metodais, kad tyrinėjamas dalykas būtų kiek įmanoma įdomesnis.

### **Gyvūnų stebėjimas**

1. Žinoti dešimt rūšių pėdsakų, įskaitant ir du paukščių pėdsakus. Padarykite penkias gipsines atžymas.

2. Įvardinkite bent tris dalykus, kuriuos pasako pėdsakai.
3. Sekite keleto gyvūnų pėdomis, įvardinkite, jei įmanoma, gyvūną, ir pasakykite, ar jis bėgo ar ėjo. Išmatuokite vieno gyvūno bėgančio ir einančio pėdsakų atstumą.
4. Įkurkite stebėjimo vietą bent trejoms dienoms, atlikdami tai:
  - a. Išsirinkite plokščią atvirą erdvę kokioje nors tylioje vietoje netoli jūsų stovyklos ar namų.
  - b. Išlyginkite žemes, purvą, smėlį ir t.t.
  - c. Padėkite laukiniams gyvūnams maisto.
  - d. Kiekvieną dieną patikrinkite pėdsakus ir papildykite maisto, jei būtina.
5. Įvardinkite po du gyvūnus kiekvienai grupei:
  - a. Plokščiapadžiai
  - b. Vaikščiojantys ant pirštų
  - c. Vaikščiojantys ant pirštų nagų
  - d. Šokinėjantys arba ilgomis galinėmis kojomis.
6. Įvardinkite penkis gyvūno buvimo ženklus.
7. Sugebėti atskirti kiškio ir voverės pėdsakus bei kačių ir šunų šeimų pėdsakus.
8. Įvardinkite dvi gyvūnų grupes (žinduoliai, paukščiai, vabzdžiai ir t.t.), kurie palieka kvapo pėdsakus.
9. Įvardinkite du paukščius kiekvienai išvardintai grupei:
  - a. Šokinėjantis
  - b. Vaikštantis
10. Be pėdsakų įvardinkite dar du paukščių buvimo tam tikroje vietoje ženklus.
11. Įvardinkite du paukščius pagal jų skridimo būdą.
12. Jūsų teritorijoje stebėkite pėdsakus vieno ar daugiau iš sekančių:
  - a. Rupūžės ar varlės
  - b. Gyvatės
  - c. Vėžlio
  - d. Moliusko
  - e. Slieko
  - f. Kurmio

### **Kaktusai**

1. Išvardinkite pagrindines kaktuso charakteristikas.
2. Įvardinkite tris kaktuso panaudojimo būdus.
3. Kokiose vietose yra gausiausiai kaktusų? Kodėl?
4. Žinoti ir įvardinti 15 kaktusų rūšių.
5. Nufotografuokite, stebėkite ar nupieškite bent 10 kaktusų rūšių ir juos suklasifikuokite arba auginkite bent 3 skirtingas kaktusų rūšis.

### **Įgūdžių lygis 1**

#### **Gėlės**

1. Nupieškite ar nufotografuokite 35 laukinių gėlių rūšis ir teisingai jas įvardinkite.
2. Nupieškite ir tinkamai užrašykite arba nurodykite gėlės dalis: piestelė, kuokelis, žiedlapis, taurėlapis.
3. Įvardinkite šešias gėlių šeimas ir jų skiriamąsias charakteristikas. Įvardinkite bent dvi kiekvienos šeimos gėles.
4. Apibudinkite tam tikros gėlės gyvavimo eigą, įskaitant ir vabzdžių ar vėjo vaidmenį apdulkinime.
5. Įvardinkite bent du augalus, kurie yra nuodingi liesti, jei jūsų teritorijoje yra tokių, pasakykite kurie.  
(svarbu atlikti tik tris iš toliau išvardintų penkių.)
6. Atlikite tris iš toliau išvardintų:
  - a. Suklijuoti, nupiešti ar nufotografuoti bent šešių gėlių seriją pagal vaivorykštės spalvas – raudona, oranžinė, geltona, žalia, mėlyna, violetinė.



- b. Pateikti šviežius, suspaustus ar sudžiovintus tokius augalus: penkių žiedlapių, keturių žiedlapių, trijų žiedlapių, be žiedlapių.
- c. Užmerktomis akimis atskirti ir įvardinti dviejų iš penkių laukinių ar sukultūrinių gėlių kvapus.
- d. Išvardinkite stebėtas gėles, kurios buvo naudotos maistui šių :
 

1) Paukščių	3) Kamanių	5) Kandžių
2) Bičių	4) Drugelių	
- e. Stebėkite gėlę bent 10 min. šviečiant saulei ir bent 10 min. prieblandoje bei paminėkite apie ją lankiusius vabzdžius. Įvardinkite ir nurodykite lankytojų skaičių bei gėlės pavadinimą.

### ***Įgūdžių lygis 2***

#### **Žvaigždės**

1. Atsakykite į toliau pateiktus klausimus:
  - a. Koks yra Žemės artimiausias dangaus kaimynas?
  - b. Koks atstumas nuo Žemės?
  - c. Kas valdo potvynį?
  - d. Kas sukelia užtemimą?
  - e. Kas yra krintanti žvaigždė?
  - f. Kaip greitai sklinda šviesa?
2. Nupieškite diagramą, parodančią atitinkamas žemės, saulės ir mėnulio pozicijas bei judėjimą.
3. Sudarykite mūsų Saulės sistemos diagramą ir gebėkite įvardinti planetas paeiliui nuo Saulės.
4. Danguje atraskite ir įvardinkite aštuonias nejudančias žvaigždes. Koks skirtumas tarp planetų ir nejudančių žvaigždžių?
5. Kas yra žvaigždynas? Išvardinkite ir parodykite šešis. Įvardinkite du žvaigždynus matomus visus metus.
6. Šiauriniam pusrutuliiui: nupieškite Grįžulo Ratų, Kasiopėjos ir Šiaurinės žvaigždės schemą.  
Pietiniam pusrutuliiui: nupieškite Pietinio Kryžiaus, Oriono ir Skorpiono schemas.
7. Kas yra Paukščių Takas? Stebėkite Paukščių Taką nakties danguje.
8. Kas yra rytinė ir vakarinė žvaigždė? Kodėl ji turi abu vardus?
9. Paaiškinkite, kas yra zenitas ir nadyras.
10. Kas yra šiaurės pašvaistė? Iš kur ji atsiranda?

### ***Įgūdžių lygis 2***

#### **Oras**

1. Paaiškinkite, kaip kiekvienas susidaro: rūkas, lietus, rasa, šlapdriba, sniegas, kruša, šerkšnas.
2. Įvardinkite iš dangaus ar paveikslėlių tokius debesų tipus: plunksniniai, kamuoliniai, sluoksniniai, lietaus. Kokį orą galima su kiekvienu iš jų susieti?
3. Paaiškinkite gyvsidabrio ir spiritinio termometro, gyvsidabrio barometro, slėgio matuoklio ir lietaus matuoklio veikimo principus.
4. Kodėl taip gali būti, jog vienoje kalno pusėje lyja, o kitoje sausa. Pateikite pavyzdį iš jūsų šalies ar regiono.
  - a. Kodėl kalnuose yra vėšiau ir drėgniau nei lygumose?
  - b. Iš kurios pusės lietus ir giedras oras dažniausiai ateina į jūsų teritoriją?
5. Su diagramos pagalba parodykite, kaip Žemės sąsaja su Saule sukuria metų laikus.
6. Kas sukelia žaibą ir griaustinį? Kokių rūšių yra žaibai?
7. Su diagramos pagalba parodykite, kas yra konvekcija? Kaip ji susijusi su vėju?
8. Paaiškinkite, kaip radarai, satelitai ir kompiuteriai naudojami orų prognozėms.

9. Pasakykite, kaip toliau pateikti variantai įtakoja mūsų orą:
  - a. Šiltosios srovės
  - b. Ugnikalnių išsiveržimai
10. Nupieškite piešinį, parodantį vandens ratą (ciklą) Žemėje.
11. Padarykite paprastą vėtrungę arba lietaus matuoklį.
12. Vieną savaitę kas dvylika valandų registruokite orus. Įtraukite ir:
  - a. Temperatūrą
  - b. Drėgnumą (rūkas, rasa, lietus, šerkšnas ar sniegas)
  - c. Debesų formavimąsi
  - d. Vėjo kryptį.

### ***Įgūdžių lygis 1***

### ***Pažangesniems***

#### **☐ Reikalavimas Nr. 1**

Įvardinkite šešis gyvūnų ar paukščių pėdsakus. Padarykite trijų pėdsakų gipso atspaudus.

**Klasės susitikimai:** Vienas

#### **Mokymo metodai**

Pastaba: Gyvūnų stebėjimo ženkle užbaigimui reikia įvykdyti šiuos reikalavimus.

Yra penkios taisyklės sekant pėdsakais:

1. Atidžiai ištyrinėti vieną pėdsaką.
2. Apžvelkite visus pėdsakus bendrai. Gali būti keletas vietų, kur pėdsakų trūksta, bet pažvelgę pirmyn galite išvysti toliau išsidėsčiusius ryškius pėdsakus, ypač, jei gyvūnas ėjo per lauką ir nulenkę žolę.
3. Pasinaudokite saule. Pėdsakai labiau išryškėja, kai šešėlis krinta iš šono. Geriausias laikas tyrinėti pėdsakus, kai saulė žemai ir meta ilgesnį šešėlį. Taigi kelkitės anksti, kol pėdsakai dar švieži, o šešėliai ilgi. Eikite šalia pėdsakų atsukę nugarą į saulę.
4. Įsivaizduokite, kad esate tas gyvūnas, kurio pėdsakais sekate. Tai ypač padeda, kur sunku sekti pėdsakais. Paklauskite savęs: „Kur eičiau, jei būčiau tas gyvūnas?“, tai padeda, jei iš anksto skiriate laiko sužinoti apie gyvūnų, kurių pėdsakais sekate, įpročius. Ar jis eitų prie upės, liptų į medį, krūmą ir t.t.
5. Jei pametėte pėdsakus, sugrįžkite prie paskutiniųjų ir apsižvalgykite. Pėdsakai gali būti kažkur, ir dažniausiai jie surandami. Paskutinius pėdsakus galite pažymėti šakele ar šviesia audinio skiautele taip, kad vėliau vėl galėtumėte surasti. Tada eikite aplink juos ratais, iš pradžių mažesniu, o vėliau vis didesniais. Ir kiekvieną žemės lopinėlį apžiūrėkite iš skirtingų pusių, kad pasinaudotumėte šešėliais. Tai geras laikas savęs paklausti: „Kur aš eičiau, jei būčiau tuo gyvūnu?“

Pėdsakų stebėjimo patarimai

- ❖ Pakapstykite šiek tiek žemę. Gyvūnai, kurie toje vietoje vaikšto naktį, paliks aiškius pėdsakus.
- ❖ Pasipraktikuokite stebėdami savo šuns ar katės pėdsakus.
- ❖ Niekada nelipkite ant jūsų stebimų pėdsakų. Jums gali prireikti grįžti atgal ir vėl juos peržiūrėti.
- ❖ Išmokite pastabumo.
- ❖ Žinokite, ko ieškote.
- ❖ Susipažinkite su jūsų vietovės gyvūnais. Nesistenkite išmolti viso pasaulio gyvūnų pėdsakų iš karto. Daugelio iš jų jūs vis tiek niekada nepamatysite. Iš žinovų sužinokite, kokie yra šeši dažniausiai pasitaikantys netoli jūsų namų gyvenantys gyvūnai, ir išmokite juos pirmiausiai.

# GYVENIMAS GAMTOJE

Šios dalies tikslas yra praplėsti jaunių akiratį, tobulinant įgūdžius ir atrandant naujas dominančias sritis bei skatinant juos aktyviai dalyvauti rekreaciniuose užsiėmimuose, kuriais jie galėtų džiaugtis visą likusį gyvenimą. O taip pat išmokyti juos patogiai ir saugiai gyventi gamtoje ir vertinti gamtą.

Septyni susitikimai skirtos pagrindiniam kursui ir trys skilčiai „Pažangesniems“. Praktiniam darbui bus reikalingas laikas ne klasėje.

## ☐ *Reikalavimas Nr. 1*

Sudalyvaukite dviejuose stovyklavimuose su nakvyne. Išvardinkite 6 dalykus, apibudinančius tinkamą stovyklavimui vietą. Suplanuokite ir išsivirkite du patiekalus.

**Klasės susitikimai:** Vienas

### **Tikslas**

1. Išmokyti jaunius jaustis ramiai gamtoje.
2. Sukurti atmosferą, kur vaikas gali pajusti Dievo artumą kūryboje.

### **Mokymo metodai**

Jeigu yra pakankamas skaičius vaikų, būtų gerai suformuoti keturis jaunių komitetus su patarėju. Vienas komitetas gali būti atsakingas už meniu planavimą, kitas turėtų paruošti rūbų bei kitų daiktų, skirtų stovyklavimui, sąrašą. Tuo tarpu trečias turėtų būti atsakingas už vietos parinkimą. O ketvirtas atsakingas už programą.

Visos keturios grupės turėtų su visais pasidalinti, kodėl jie taip pasirinko. Kai tai jau atlikta, vadovai ir tyrinėtojai turėtų įvertinti, ar tikrai jų pasirinkimai buvo geriausi.

### **Stovyklavimo vietovės pasirinkimo taisyklės**

1. Pasirinkite lengvai nusisausinančią vietovę.
2. Pasirinkite sausą teritoriją. Atidžiai patikrinkite žemę, kad ji būtų visiškai sausa, nes kūno šiluma miegmaišyje nuo žemės pakels drėgmę, kuri prasiskverbs pro miegmaišį. Žinoma, visada po miegmaišiu turi būti specialus miegojimui ant žemės skirtas paklotas, net jei žemė sausa, nes dirvoje visada yra šiek tiek drėgmės.
3. Niekada nestovyklaukite po kyšuliu arba uolos atbraila. Yra krintančių akmenų pavojus. Jūs galite įsirengti laužą prie uolos ir pasinaudoti atspindėta šiluma.
4. Įrengiant stovyklavietę miškingose vietovėse, užtikrinkite, kad palapinės nėra pastatytos po medžiais su didelėmis šakomis, kurios, pučiant vėjui, gali nulūžti.
5. Pasirinkite šiltą vietovę. Atminkite, kad vanduo ir šaltas oras leidžiasi nuo kalvos, o šiltas oras kyla aukštyn. Dėl tokio šalto oro leidimosi žemyn, kur būtų geriausia vieta įsirengti stovyklavietę - kalvos viršūnėje, įkalnėje ar kalvos papėdėje? Kalvos viršūnėje būtų šilčiau ir sausiau ir ten taip pat pūstų stiprus vėjas, kuris apgintų nuo uodų. Įkalnėje būtų šiek tiek šalčiau, bet ne taip jau blogai, ir jei pūstų labai stiprus vėjas, ten būtų geriausia vieta. Papėdėje – niekada, nes ten laikosi rūko drėgmė ir formuojasi šerkšno kristalai. Taip pat, lietuj lyjant, stovyklavietė būtų užtvindyta.
6. Kieta, akmenuota, dulkėta vietovė yra prasta vieta stovyklavimui.
7. Pastatykite savo palapinę atsuktą į pietryčius, kad ryto saulė padėtų išlaikyti ją sausą.
8. Jei pučia vėjas, statydami palapinę, palapinės duris nusukite nuo vėjo.
9. Svarbu turėti pakankamai išdžiuvusios medienos (nekirskite žalių medžių).

Pasirinkite stovyklavietę, kur yra pakankamai saugaus geriamo vandens.

## Programos pavyzdys

PENKTADIENIS	Atvykimas į vietą, stovyklos įrengimas Vakarienė Sabatos pasitikimas Giesmių laikas Vakarinės pamaldos
SABATA	Kėlimasis ir asmeninis laikas su Dievu Garbinimas Pusryčiai Sabatos mokykla Pamaldos Pietūs „Gamtos“ ženklų laikas Gamtoje rastų lobių vakarienė Sabatos užbaigimas Laužas
SEKMADIENĮ	Kėlimasis ir asmeninis laikas su Dievu Garbinimas Pusryčiai Stovyklos rankdarbių užsiėmimai Tyrinėtojų klasės reikalavimų atlikimas Pietūs Susipakavimas Žaidimai iki kol reikės vykti namo

Klausimai, kuriuos galite užduoti ir aptarti per stovyklavimo įvertinimą;

- Kaip mes galime geriau pasiruošti įvairiam orui?
- Ką pamiršome pasiimti?
- Ką pasiėmėme, ko mums neprireikė?
- Ką galime padaryti, kad mūsų stovyklavimas būtų organizuotesnis, patrauklesnis ir labiau atstovaujantis mūsų klubą?
- Ką apie mus galvojo kaimynai?
- Ką apie mus galvoja girininkas?
- Kaip galėtume pagerinti mūsų organizacijos teigiamą įvaizdį ir pagerinti (ar sumažinti) mūsų buvimo toje vietoje įtaką gamtai.
- Kokius turime naujus pasiūlymus dėl mūsų dietos subalansavimo, maisto paruošimo ir po to susitvarkymo?
- Ar galime pagerinti sanitarines sąlygas ir vandens poreikio patenkinimą?
- Kokių ženklų reikalavimus galėtume išpildyti kitą kartą bei kokius kitus tyrinėtojų klasės reikalavimus galėtume įgyvendinti.
- Kokį vieną dalyką aš galiu geriau atlikti sekantį kartą, kuris padarytų savaitgalį geresniu visiems kitiems?

### Testavimo metodas

Dalyvavimas stovyklavimo planavime bei veiklose.

#### Reikalavimas Nr. 2

Išlaikyti tyrinėtojų pirmosios pagalbos testą.

### Tikslas

Išmokyti kompanionus pagrindinių žinių bei veiksmų tam tikrose pirmos pagalbos srityse.

## Paiškinimas

Mokymo medžiaga paimta iš „St. Johns Ambulance“ arba „Red Cross First Aid“ žinyų. Klasės apmokymui nėra privaloma, kad tai atliktų specialistas, bet pageidautina. Pasikvieskite į pagalbą bendruomenės organizacijų, kurios susijusios su sveikata bei pirmąją pagalbą, atstovus.

## Mokymo metodai

Pirmosios pagalbos principų perdavimas yra geriausias per:

1. Paskaitą.
2. Stebėjimą.
3. Demonstravimą.
4. Dalyvavimą.

Instruktorius taip pat gali naudoti įvairius filmus, galvosūkius, maketus.

## Pirmosios pagalbos užrašai

### Karščio poveikis kūnui

#### Saulės nudegimai

Sukelia ilgas buvimas kaitrioje saulėkaitoje. Tai yra stiprus paviršutinis nudegimas ir sunkiais atvejais pūslių formavimasis. Esant sudėtingesniai atvejui pacientas jaučiasi blogai, todėl reikia ieškoti gydytojo pagalbos. Lengvesniu atveju turėtų būti pritaikomas toks gydymas:

- ❖ Pritaikyti šaltus kompresus
- ❖ Priimti šaltą dušą
- ❖ Gerti daug skysčių
- ❖ Nepradurti pūslių

Lengvas nudegimas dažniausiai gydomas kalamino losjonu. Visada reikia pasirūpinti, kad pacientas toliau nebebūtų saulėkaitoje.

#### Sudėtingesnės karščio poveikio komplikacijos

Mūsų kūnai natūraliai reguliuoja temperatūrą prakaituodami. Per didelis karštis sukelia traukulius, perkaitimą ir šilumos smūgį.

	<b>Ženkli ir simptomai</b>	<b>Kontroliavimas</b>
<b>Karščio traukuliai</b>	Silpnumas, galvos svaigimas ir nuovargis. Skausmingi raumenų spazmai.	Švelniai ištieskite paveiktus raumenis. Šaltų maišelių naudojimas. Vandens su druska (arbatinis šaukštelis litrai) gėrimas.
<b>Perkaitimas</b>	Galvos skausmas, traukuliai ir gausus prakaitavimas. Tankus pulsas ir kvėpavimas.	Ištrinti pacientą su šaltame vandenyje pamirkyta kempine. Ledo maišeliai paveiktiems raumenims. Vandens su druska (arbatinis šaukštelis litrai) gėrimas.
<b>Karščio smūgis (arti mirties)</b>	Labai pavojinga būseną. Nėra prakaitavimo. Kūnas visiškai dehidratuoja. Temperatūra sparčiai kyla. Pykinimas ir vėmimas.	Nurenkite drabužius. Įsukite į šlapią paklodę. Vėsinkite visais įmanomais būdais. Paguldykite ant šono.

Esant visose šiose būsenose kiek įmanoma greičiau reikalinga medikų pagalba.

## **Nudegimai**

Sukelti didelio karščio gali būti sausi arba drėgni. Audinių sužalojimo apimtis dažniausiai įvardinama terminais pirmo, antro ar trečio laipsnio nudegimas.

Nudegimai dažniausiai atsiranda dėl neatsargaus elgesio su ugnimi, chemikalais, karštu vandeniu arba nuo saulės spindulių. Taip pat jie gali atsirasti dėl trinties ir elektros srovės.

Padarytą žalą audiniams bei paviršiniams kapiliarams parodo paraudimas, patinimas ir pūslių susidarymas.

Asmuo, kenčiantis nudegimus yra geriausiai išgelbėjamas užgesinant liepsnas. Gelbėjant asmenį kiek įmanoma ilgiau išlaikykite šlapią audinį uždengę nosį ir burną.

Pirminis visų nudegimų gydymas yra **DRĖKINTI ŠALTU VANDENIU**.

Nelieskite pūslių, naudokite nudegimams skirtus losjonus, tepalus ar aliejus.

Reikėtų kreiptis į gydytojus.

Esant nudegimams nuo chemikalų ir rūgščių, tučtuojau nuplaukite su šaltu vandeniu, nuvilkite jais užterštus drabužius.

Jei nudegamos akys, nuplaukite šaltu vandeniu, uždenkite ir ieškokite medikų pagalbos.

## **Dūmai į akis**

Miškus gesinantys gaisrininkai dažnai kenčia nuo dūmų griaužiančių akis. Ženkilai: skausmas, akys ašaroja ir parausta. Gydymas: gausiai skalauti akis šaltu vandeniu.

## **Dūmų įkvėpimas**

Įkvėpti dūmai gali sukelti asfiksiją. Jei įmanoma tuojau pat pašalinkite priežastį. Nedelsiant suteikti pirmąją pagalbą – atlikite dirbtinį kvėpavimą.

## **Buvimas be sąmonės**

Buvimas be sąmonės gali variuoti nuo paprasto stuporo iki komos.

Gali būti daug priežasčių nuo paprasto nualpimo, galvos traumos, insulto, širdies smūgio, girtavimo, priepuolių, cukrinio diabeto. Kadangi asmuo be sąmonės negali atlikti jokių savanoriškų veiksmų, tuomet reikėtų:

1. Prižiūrėti jo kvėpavimo takus.
2. Nereikėtų duoti jokių skysčių ar ko nors kito per burną.

Pirmiausia pasukite asmenį ant šono. Patikrinkite jo pulsą. Pasistenkite surasti priežastį ir pašalinkite ją.

Paprasčiausias nualpimas gali būti dėl alkio, baimės, emocinio šoko, susižeidimo ar per ilgo stovėjimo. Paguldykite asmenį ant žemės ir pakelkite kojas. Jei nualpimas tęsiasi ilgiau nei dvi minutes, tuomet elkitės su juo, kaip su žmogumi be sąmonės. Įsitikinkite, ar drabužiai prie kaklo, krutinės ir liemens yra atpalaiduoti.

## **Elastiniai ir paprasti tvarščiai**

Dabar jau arteriniai turniketai (med. instrumentas kraujagyslėms suspausti, stabdant kraujavimą) nebėra naudojami. Jų vietą perėmė elastiniai ir paprasti tvarščiai.

Elastiniai tvarščiai galimi naudoti tik ekstremaliose situacijose kraujavimo sukontroliavimui amputacijos metu bei tam tikrų jūros gyvūnų įgėlimo metu. Tam taip pat tinkamos medžiagos gali būti kaklaraištis, audinio juosta ir plati guminė žarna. Netinkami dalykai yra batų raišteliai, elektros laidai ar virvė.

Suspaudžiantis tvarstis šiomis dienomis yra naudojamas įkandus gyvatei. Tvarstis tvirtai uždėdamas ant galūnės, kad sustabdytų limfos tekėjimą į limfines liaukas. Tinkamiausias yra 75 – 100 mm pločio elastinis tvarstis.

## **Gyvatės įkandimas**

Dabar žinoma, kad nuodai keliauja į limfines liaukas. Suspaudžiančio tvarščio slėgio pakanka, kad sulėtintų nuodų absorbciją kūne.

Nors atskirti nuodingos nuo nenuodingos gyvatės įkandimą yra paprasta, bet geriausia su visais įkandimais elgtis kaip su nuodingos gyvatės įkandimu. Bet kuriuo atveju iš įkandimo žymių gali būti sudėtinga atskirti.

Gali pasireikšti prakaitavimas, mieguistumas, alpimas, galvos skausmas, pykinimas ir vėmimas, viduriavimas, krūtinės ir pilvo skausmai.

- ❖ Laikykite nukentėjusį kiek įmanoma ramiai, įtverdami pažeistą galūnę.
- ❖ Apsukite platų tvirtą tvarstį aplink visą galūnę, pradedant nuo įkandimo vietos.
- ❖ Palikite tvarstį, kol pasieksite gydymo įstaigą.
- ❖ Nuraminkite auką, kad tai padės sustabdyti nuodų absorbciją.

Atminkite, kad **NEGALIMA**:

- ❖ Įpjauti ar masažuoti įkandimo vietos
- ❖ Leisti aukai vaikščioti ar bėgti
- ❖ Atpalaiduoti tvarstį

### Kiti įkandimai ar įgėlimai

**Raudonnugaris voras.** Dažniausiai kanda tik tada, kai paliečiamas. Dažnai būna lauko tualetuose. Palieka mažą raudoną žymę ant rankų, kojų, genitalijų ar sėdmenų. Raudonis paplinta ir į kitas kūno vietas. Įkasta vieta parausta, o vėliau paraudimas plečiasi. Vėliau gali pasireikšti pykinimas, vėmimas, galvos svaigimas, raumenų spazmai, gausus prakaitavimas, silpnumas. Įkandimas dažniausiai jaučiamas kaip aštrus įgėlimas.

**Australijos piltuvėltinklis voras.** Dažniausiai įkanda naktį. Labai agresyvus. Būna urvuose, uolienu plyšiuose, paštui įmesti skirtose skylėse. Iš pradžių skausmas būna vienoje vietoje, vėliau išplinta. Būna vietinis raumenų trūkčiojimas. Po 15 min. auka pradeda gausiai seilėtis. Gausus prakaitavimas. Gerklų spazmai, pasunkėja kvėpavimas.

Traktuojamas kaip gyvatės įkandimas.

**Pastaba:** Tai vieno regiono vorų pavyzdžiai. Nors vorai yra nuodingi, dauguma nesąveikauja su žmogumi tokiu būdu, kad juos laikytų tokiais. Jų yra labai mažai, tačiau tokių, kurie gali sukelti sunkias būsenas, yra visuose regionuose. Žinokite apie tokius jūsų regiono vorus.

**Erkės.** Linkusios tūnoti kūno plyšiuose gali sukelti paralyžių, ypač mažesniems vaikams. Paralyžius paveikia galūnes, kvėpavimo bei veido raumenis. Numarinti erkei naudokite terpentinę. Ieškokite medicininės pagalbos. Jei nėra pagalbos, ištraukite erkę su pradarytomis žirkklėmis arba su siūlu. Erkės nespauskite.

**Dėlės.** Įprastai randamos drėgnose vietose. Druska ar uždegtas degtukas padės nuimti dėles. Gali gausiai tekėti kraujas. Įkastą vietą nuplaukite su muilu bei šiltu vandeniu.

**Bičių, širšių ir vapsvų įgėlimai.** Bitės geluonį pašalinkite. Nespauskite, nes tokiu būdu dar daugiau išvirkšite nuodų. Traukite į šoną su nagu. Įgeltą vietą švariai nuvalykite ir naudokite šaltus kompresus bei ledą.

**Uodų, aklių ir skruzdžių įkandimai.** Venkite karščio. Naudokite šaltą vandenį arba ledo gabaliukus. Galėtų padėti amoniakas, soda arba mentolis. Rekomenduojamas kalamino losjonas arba cinko tepalas.

**Augalai.** (pvz. Dilgelės) Paveikta vieta turi būti nuplauta su šiltu vandeniu ir muilu, kad atsikratytumėte odoje likusių dalelių. Naudokite ledą ir raminantį tepalą.

**Šilumos bėrimas.** Galima palengvinti panaudodami atšaldytu fiziologiniu tirpalu.

**Medūza.** Įgėlimai primena plakimo žymes arba žąsies odą. Jaučiama nuo lengvo deginimo iki stipraus skausmo. Pernelyg didelis kiekis įgėlimų gali sąlygoti širdies ir kvėpavimo nepakankamumą. Nedideli įgėlimai gali sukelti nugaros, krutinės skausmus, vėmimą ir kvėpavimo sunkumus.

**Portugališkasis laivelis.** Naudokite actą, kad nuplautumėte čiuptuvus.

**Kiti jūros gyvūnų įgėlimai.** Vandens gyvūnai nuodus perduoda injekcijomis arba absorbuojant per odą. Poveikis svyruoja nuo diskomforto iki greito kolapso ir mirties. Palaikykite gyvybę ir greitai ieškokite medicininės pagalbos. Įgėlus mėlynžiedžiui aštuonkojui reikalingas spaudžiamasis tvarstis. Kai nuodai patenka per odą, oda dažniausiai paraudonuoja, galūnės patinsta, atsiranda gausus kraujavimas ir dažnai būna kraujotakos bei kvėpavimo sutrikimas.

**Ryklio užpuolimas.** Tuoju pat sustabdykite kraujavimą užspausdami žaizdą drabužiais ar rankšluosčiais. Jei įmanoma, žaizdą pakelkite. Iškvieskite greitąją medicinos pagalbą.

### **Sąlytis su šalčiu**

Jei auka gali likti sausa, tuomet sunkias sąlygas galima toleruoti, bet jei yra šalta, šlapia ir vėjuota, tada jau iškyla pavojus.

Šaltis gali veikti taip pat kaip ir normalus smegenų sukrėtimas, kuomet sulėtėja veikla, kalba, judesiai, sutrinka rega, atsiranda spazmai bei nepagrįstas elgesys. Padažnėja pulsas ir kvėpavimas.

Apsaugokite nuo šalčio ir sušildykite susukdami į sausus drabužius ar miegmaišį bei, jei reikalinga, ieškokite medikų pagalbos.

**Hipotermija.** Kūno temperatūros sumažėjimas yra pavojingas, ir jis gali kilti dėl šalčio drėgnų sąlygų, plaukime per šaltame vandenyje arba vaikščiojant šaltomis, drėgnomis sąlygomis be tinkamo galvos apdangalo. Vyresnio amžiaus ir ligoti žmonės gali netekti sąmonės. Jei su sąmone, gydyti duodant šiltus, saldžius gėrimus. NIEKADA NENAUDOKITE KARŠTU VADNENIU PRIPILDYTŲ PŪSLIŲ (BUTELIŲ).

**Nestiprus nušalimas.** Kai yra tik paviršinis pažeidimas ir stiprus skausmas. Sušildykite pažeistą vietą kuo greičiau natūraliomis priemonėmis.

**Stiprus nušalimas.** Kai yra pažeisti gilesni audiniai. Pažeista vieta pabalusi, panaši į vašką ir neskausminga. Nemėginkite sušildyti patys, tik prižiūrint medicinos darbuotojams.

**Atsitiktinis panirimas į šaltą vandenį.** Geriausia po to panardinti į 42 °C vonią arba kaip alternatyvą leisti asmeniui pamažu sušilti miegmaišyje pageidautina su šiltu kompanionu.

### **Testavimo metodas**

Egzaminas

#### *Reikalavimas Nr. 3*

Paaikinti, kas yra topografinis žemėlapis, ką jame gali įžvelgti ir kam jis naudojamas. Įvardinti mažiausiai dvidešimt ženklų ir simbolių, naudojamų topografiniuose žemėlapiuose.

**Klasės susitikimai:** Du

### **Tikslas**

Išmokyti jaunius skaityti topografinį žemėlapi taip, kad jie mintyse galėtų nusipiešti pateiktos vietos vaizdą.



## Mokymo metodai

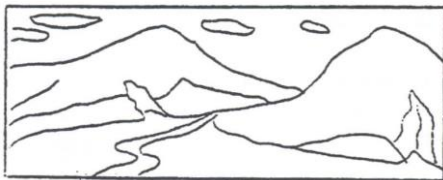
Kartografavimo įdomumas yra žinojime, kaip žemėlapis papasakoja savo istoriją. Tai daroma iš dalies simbolių pagalba, kurie reiškia tam tikras detales. Jie yra vadinami sutartiniais ženklais, o topografiniame žemėlapyje jie dažniausiai atspausdinami trejomis ar daugiau spalvų.

Žmogaus statiniai tokie kaip miestai, miesteliai, keliai, tiltai, geležinkeliai, pavadinimai, sienų linijos ir t.t. nurodomi juoda spalva. Mėlyna nurodo vandenį: upės, ežerai, pelkės, šaltiniai. Kalnų ir kalvų linijų kontūrai yra rudi. Kai kuriuose žemėlapiuose miškai yra žali, o pagrindinės magistralės raudonos. Šie sutartiniai ženklai suformuoja vaizdą, kuris parodo vietovės ypatumus. Juos lengva išmokti.

## Kontūro linijos

Kontūro linijos yra linijos, kurios parodo aukštį virš jūros lygio. Žvelgdami į jas galime įsivaizduoti kalvas, kalnus ir slėnius. Kiekviena linija parodo tam tikrą aukštį virš jūros lygio ir skirtumas yra nurodomas tarp žemėlapyje nupieštų linijų. Gali būti 5, 10, 50 metrų priklausomai nuo skalės. Šios linijos yra labai vertingos keliaujant per šalį. Ten, kur linijos toli viena nuo kitos, galima suprasti, kad vietovė plokščia arba šiek tiek nuožulni. Bet, jei linijos arti viena kitos, tai vadinasi yra kalva arba status skardis, kur keliauti gali būti sudėtinga arba visai neįmanoma.

1 pav.



1 paveikslėlis iliustruoja, kaip vietovė gali atrodyti.

2 pav.



2 paveikslėlis iliustruoja, kaip kontūrinės linijos vaizduoja tą pačią vietovę dvimačiame žemėlapyje.

## KONTŪRINĖS LINIJOS

Kad parodytumėte kaip veikia kontūrinės linijos, padarykite kalno modelį. Pažymėkite linijas kas centimetrą nuo apačios iki viršūnės. Modelį įdėkite į indą ir apsemkite vandeniu iki pirmos linijos. Atsargiai aplinkui apibrėžkite liniją pagal vandens liniją, tada pripilkite vandens iki antros žymos ir nupieškite kitą liniją. Galiausiai pažiūrėkite iš viršaus tiesiai žemyn ir jūs pamatysite tokias kontūrines linijas kas centimetrą kaip jos atrodo žemėlapyje.

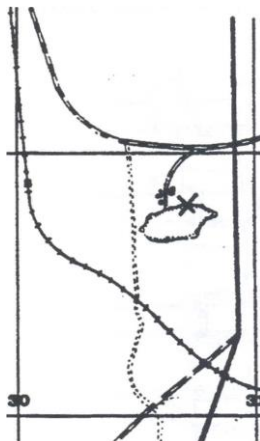
**Sutartiniai ženklai** yra lengvas būdas pateikti naudingą informaciją ant žemėlapiu taip, kad kitas žmogus, kuris naudosis tuo žemėlapiu galėtų pasakyti, kur yra keliai, tiltai, pastatai ir kiti svarbūs objektai.

**Žemėlapiu data.** Svarbu atkreipti dėmesį į datą, kada buvo padarytas žemėlapis; ji dažniausiai būna išspausdinta paraštėje. Nauji keliai ir pastatai gali būti pastatyti po to, kai bus sudarytas žemėlapis, o tai gali jus supainioti, jei jų nerasite žemėlapyje. Geriausia vadovautis tokiais natūraliais orientyrais kaip upeliais, upelių susijungimais, kalvų viršūnėmis bei kitais dalykais, kurie laikui bėgant mažai pasikeičia.

**Koordinatės.** Žemėlapis yra sudarytas iš linijų, kurios sudaro linijų tinklą. Šios linijos yra lygiagrečios. Tinklelio linijos palengvina nustatyti tiksliai tam tikro taško padėtį. Kiekviena tinklelio linija yra pažymėta numeriu žemėlapiu pakraščiuose.

Taško vieta yra nustatoma naudojantis šešiomis žemėlapiu nuorodomis. Pirmi trys skaitmenys nurodo poziciją iš vakarų link rytų, o sekantys trys – iš pietų link šiaurės. Suraskite vertikalios linijos esančios čia pat kairėje (arba vakaruose) skaičių, tada įvertinkite, kiek taškas yra nutolęs iki sekančios vertikalios linijos, dalinant atkarpą į dešimt dalių.

Pavyzdyje taškas X yra už vertikalios linijos, pažymėtos skaičiumi 30 ir yra septynis dešimtadalius nutolusi link sekančios linijos. Pirmi trys skaičiai tada bus 307. Kiti trys skaičiai gaunami panašiu būdu žvelgiant nuo pietų į šiaurį. Pavyzdyje sekantys trys skaičiai yra 758. Galutinė nuoroda bus 307758. Galite prisiminti, kad skaičių seka yra parašoma taip, kaip skaitome knygą iš kairės į dešinę ir iš viršaus į apačią. Žemėlapiu lapo pavadinimas turi būti visada įtrauktas nuoroje.



## PAŽAISKITE ORIENTAVIMOSI ŽAIDIMĄ.

Nustatykite kursą su penkiomis ar šešiomis stotimis. Stotys yra pažymėtos ant žemėlapių, kurie yra duodami kiekvienoje stotyje. Lai jaunieji palieka pradinį tašką poromis penkių minučių intervalais. Lai kas nors stotyje užrašo laiką, kada poros pasiekia stotį. Pora pasiekusi tikslą trumpiausiu laiku laimi.

## Testavimo metodas

Suvokimo ir žinojimo, kaip naudotis topografiniu žemėlapiu, pademonstravimas.

## Pažangesniems

### ☐ Reikalavimas Nr. 1

Pasikartoti pagrindinius sutvirtinimo rišimus ir pastatyti vieną iš stovyklavimo baldų.

**Kvadratinis sutvirtinimas.** Jis naudojamas, kai strypus norime sutvirtinti kryžmai stačiu kampu. Tvirtinimas pradedamas piemens mazgu ant apatinio strypo toje vietoje, kur kryžiuosis viršutinis strypas.

Apsukite virvės galą ant virvės nejudančios dalies, tada „apvyniokite“ virvę aplink sukryžiuotą dalį, tokiu būdu strypus sujungdami statmenai. Apvyniojant, virvė eina virš viršutinio strypo, tada apsukama po kryžmai iš apačios pridėtu strypu ir vėl eina iš viršaus viršutinio strypo. Po trijų ar keturių apsukimų, padarykite du „sutvirtinančius“ apsukimus tarp strypu. Stipriai juos suveržkite. Užbaikite piemens mazgu ant vieno iš strypų. Atminkite: „Pradėkite piemens mazgu, apsukite tris kartus, suveržkite dviem apsukimais ir užbaikite piemens mazgu.“

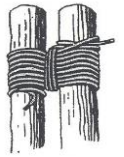


**Įstrižinis sutvirtinimas.** Šis sutvirtinimas naudojamas tada, kai du strypai yra linkę skleistis ir kai jie ten kur susikryžiuoja nesusiglaudžia. Tvirtinimas pradedamas medienos mazgu aplink abu strypus. Medienos mazgas yra taip stipriai užveržiamas, kad pritrauktų į krūvą abu strypus. Tada tris ar keturis kartus apsukama virvė apie vieną strypą, o po to apie kitą. Du užveržimai



apsukami toje vietoje, kur susikryžiuoja strypai, o užbaigiama su piemens mazgu ant patogiausio strypo.

**Apvalusis sutvirtinimas.** Šis sutvirtinimas naudojamas sutvirtinti lygegrečiai esančius strypus ir formuojant „pakrypusias kojas“, kurios laiko tiltus ar kažką panašaus. Padėkite šalia vienas kito du strypus. Aplink vieną reikiamoje vietoje užriškite piemens mazgą. Suriškite du strypus kartu apsukdami virvę septynis ar aštuonis kartus. Vijos turi būti šalia viena kitos. Apsukite du sutvirtinimus aplink apvijas tarp strypų. Užtvirtinkite virvę piemens mazgu.



Pastaba: Šis sutvirtinimas taip pat naudojamas surišant du strypus į vieną ilgą strypą.



**Besitęsiantis tvirtinimas.** Šis sutvirtinimas padeda pritvirtinti mažus strypus tinkamu kampu prie ilgo strypo ir naudingas darant stalviršį, sėdynes ir t.t. Norėdami pasidaryti stalviršį, atlikite paeiliui šiuos veiksmus:

- Sukapokite šakeles norimo ilgio ir apdailinkite galus. Kitas žingsnis yra rėmas ir įpjovos, kur bus uždėtos mažos šakelės.
- Užriškite ant rėmo piemens mazgą viduryje virvės su mazgu apačioje, o galai šonuose. Virvės galai turėtų būti vienodo ilgio. Mazgas turėtų būti užrištas taip, kad virvės galai užveržtų mazgą, kai ji bus rišama aplink ilgą rėmą.
- Laikydami vieną virvės galą vienoje rankoje, kitą kitoje, užtempkite virvę ant šakelės, o vėliau tempkite virvę žemyn po rėmu.
- Po rėmu virvę sukryžiuokite, padarydami „X“. Tvirtai įtempkite.
- Kelkite virves aukštin ir vėl atlikite kitą sukryžiovimą. Kartokite, kol pritvirtinsite visus pagaliukus.
- Užbaikite šteko arba piemens mazgu, o virvės galus užkiškite po paskutiniu pagaliuku.

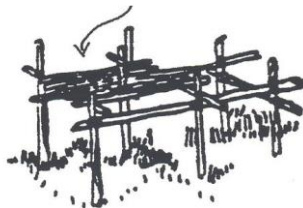


**Stovyklos baldai.** Išmokę šiuos sutvirtinimo rišimus, pamėginkite pasidaryti stovyklos baldus. Jei statybai neturite medžiagų, padarykite juos miniatiūrinius.

Dubens stovas su rankšluosčio kabykla.



Prausimosi stalas – dubuo padedamas čia.



Altorinis ugniakuras. Reikia 100 mm purvo ar molio.



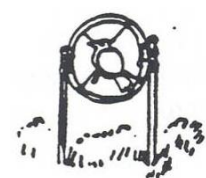
Atveriami varteliai.  
Vietoje vyro yra virvė.



Pakeliami varteliai.



Pavadinimas



Ženklas. Naudokite lanksčias žalias šakeles.

### ☐ Reikalavimas Nr. 2

Suplanuoti trijų dienų stovyklavimo meniu keturiems žmonėms, panaudojant bent tris skirtingus dehidratuotus produktus.

**Klasės susitikimai:** Vienas

Reikia šiek tiek patirties naudojant dehidratuotus produktus. Gera mintis pasipraktikuoti namie patiekalo, kurį ketinate gaminti stovyklavimo metu, paruošimą. Yra įvairiausių dehidratuotų maisto produktų. Tai pieno milteliai, bulvės, kiaušiniai, įvairios daržovės ir daržovių mišiniai, greitai paruošiama sriuba ir ryžiai bei t.t. sąrašą būtų galima tęsti ir tęsti – paprasčiausiai įpilkite vandens.

Kuomet reikia suplanuoti meniu keturiems žmonėms trijų dienų stovyklavimui, pirmiausiai reikėtų nuspręsti, kiek bus maitinimų bei kokie jie reikalingi šiai kelionei, ir tada sudaryti meniu.

Šiai užduočiai planuokime, kad stovyklavimas prasidės sekmadienį vakare ir baigsis trečiadienio popietę.

### Maitinimų skaičius ir rūšis

SEKMADIENIS	Vakarienė	ANTRADIENIS	Pusryčiai Pietūs Vakarienė
PIRMADIENIS	Pusryčiai Pietūs Vakarienė	TREČIADIENIS	Pusryčiai Pietūs

Iš to galime matyti, kad turime devynis maitinimus iš kurių trys yra pusryčiai, trys pietūs ir trys vakarienės. Dabar galime suplanuoti meniu.

### Meniu

Žemiau yra pateiktas meniu tik kaip pavyzdys. Turite prisiminti, kad, kai planuojate meniu, svarbiausia, jog tai būtų daroma kartu ir tai tiktų visiems.

SEKMADIENIS	Vakarienė – atsinešta iš namų: du sumuštiniai, apelsinas ir gėrimas.	
PIRMADIENIS	Pusryčiai - Pietūs - Vakarienė	} Sudarykite meniu tinkamą jūsų regionui.
ANTRADIENIS	Pusryčiai - Pietūs - Vakarienė	
TREČIADIENIS	Pusryčiai - Pietūs	

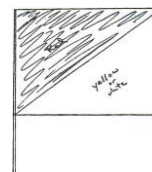
Sunkūs ir greitai gendantys produktai turėtų būti suvartojami kelionės pradžioje. Pietūs turi būti lengvi ir nedideli. Visi maitinimai turėtų būti supakuoti atskirai namuose ir turi būti lengvai paruošiami. Iš menių galite sudaryti pirkinių sąrašą.

### ☐ Reikalavimas Nr. 3

Sugebėti pasiųsti ir priimti semaforo alfabetą arba sugebėti pasiųsti ir priimti tarptautinį Morzės kodą su vėliavėlėmis, arba žinoti nebylių kalbą, arba turėti pagrindinių žinių apie dvipusį radijo ryšį.

### Klasės susitikimai: Vienas

Padarykite vėliavėles. Audinys turi būti pakankamai sunkus. Geras dydis yra maždaug 45 cm kvadratas. Įstrižai padalinkite kvadratą: viena pusė turi būti tamsi, o kita balta.

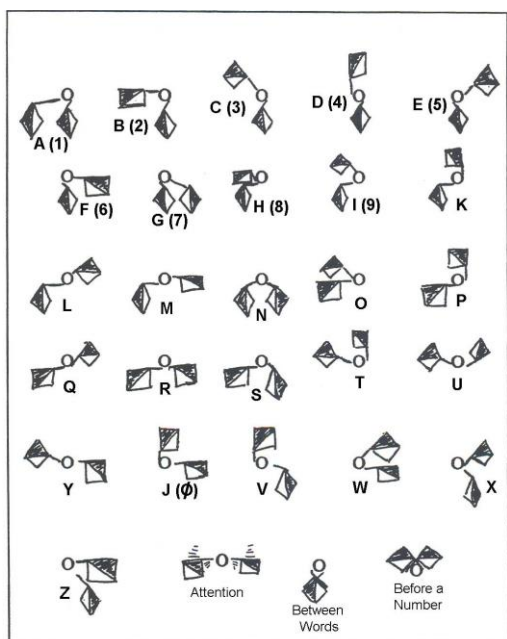


### Mokymas signalizuoti

1. Išmokite pasiųsti ir priimti alfabetą.
2. Praktikuokitės didindami spartą.
3. Naudokite žaidimus ir varžybas.
4. Jauniai turėtų mokėti signalizuoti nuo kalvos kalvai, siųsdami pranešimus lengvai ir tiksliai.

**Apsipirkimų signalizavimas** – Šios varžybos yra populiariausios. Sustatykite komandas lygiagrečiai. Kitame kambario gale prikabinkite ant sienos popierius su užrašais: ELEKTROS PREKĖS, VAISTINĖ, BAKALĖJA, APRANGA, GYVŪNĖLIŲ PARDUOTUVĖ, CHEMINĖS PREKĖS, BAKALĖJA, APRANGA, GYVŪNĖLIŲ PARDUOTUVĖ, UNIVERSALINĖ PARDUOTUVĖ. Vedantysis signalizuoja vieną iš dalykų, kurį galima nusipirkti iš žemiau pateikto sąrašo arba iš jo pačio sąrašo. Kiekvienas pirmas komandos žaidėjas mėgina perskaityti žodį, tada bėga prie parduotuvės ženklo, kur tas dalykas gali būti nupirktas ar surastas. Tas, kuris pirmas paliečia teisingą ženklą, gauna tašką. DALYKAI: žaislas, pupelės, kamuolys, butelis, sviestas, diržas, vinis, valtis, šukos, batai, kaklaraištis, zuikis, batraiščiai, riedučiai, grietinėlė, ledai, ryžiai, masalas, petnešos, pelė, kukurūzų burbuolė, aliejus, kanarėlė, šluota, žiurkė, rabarbarai, barškutis, plaktukas, grėblys ir t.t.

Semaforo ženklų angliškas variantas:



### Morzės abėcėlė

Samuelis F. Morzė išrado Morzės abėcėlę iš taškelių ir brūkšnelių 1832 m. Tai tarptautiniu mastu pripažintas kodas.

A	B	C	D
· -	- · · ·	- · - ·	- · · ·
E	F	G	H
·	· · - ·	- · - ·	· · · ·
I	J	K	L
· ·	· - - -	- · - ·	· - · ·
M	N	O	P
- -	- ·	- - - -	· - - -
Q	R	S	T
- - · -	· - · ·	· · · ·	-
U	V	W	X
· · -	· · · -	· - - -	- · · ·
Y	Z		
- · - -	- - · ·		

Skaitmuo	Kodas
<u>0</u>	----
<u>1</u>	·----
<u>2</u>	··---
<u>3</u>	···--
<u>4</u>	····-
<u>5</u>	·····
<u>6</u>	-····
<u>7</u>	---··
<u>8</u>	----·
<u>9</u>	-----

## Abėcėlės mokymasis

Mokykitės kodus garsiai, o NE įsimindami tik mažus taškelius ir linijas. Tapkite paprasčiausiu garsiniu signalizatoriumi ir lai jūsų draugas daro tą patį; tada atsisėskite skirtinguose kambariuose ir signalizuokite vienas kitam. Neskubėkite. Mokykitės pamažu. Išmokite išgirsti raides. Lai kiekvienas brūkšnelis būna trijų taškelių ilgumo, o pauzė tarp raidžių brūkšnelio ilgumo, tarpas tarp žodžių – penkių taškų ilgumo. Atsakoma tokiu greičiu, koku buvo siųsta pašnekovo žinutė.. Įsisavinkite tai iš pat pradžių, o greitis ateis savaime.

Žemiau pateiktos vienuolika raidžių, kurias lengva išmokti per kelias minutes:

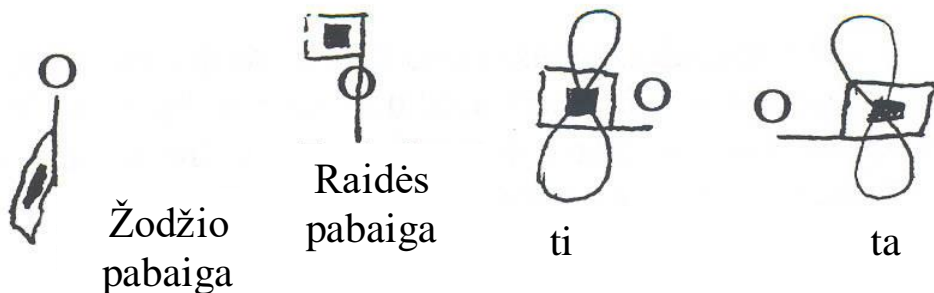
E	ti	T	ta	A	ti - ta
I	ti - ti	M	ta - ta	N	ta - ti
S	ti - ti - ti	O	ta - ta - ta	R	ti - ta - ti
H	ti - ti - ti - ti	K	ta - ti - ta		

Dabar pasipraktikuokite, panaudodami šias raides siunčiant sakinį: Timas ten; Eisim morkos ir t.t. Sugalvokite sakinius patys. Bus smagu pasiųsti žodį iš raidžių, kurias jau žinote. Nesistenkite išmokti visos abėcėlės vienu prisėdimu. Kartas nuo karto pridėkite po kelias raides ir patys nepastebėsite, kaip išmoksite visus kodus.

## Mojavimas vėliavėlėmis

Tam reikės dviejų vėliavėlių po 60 cm kvadrato. Vienos raudonos su 20 cm baltu kvadratu viduryje, kitos baltos su raudonu kvadratu viduryje. Kiekviena pritvirtinta raišteliais prie maždaug 1 m ilgio lazdelės. Aukštesniems gali būti patogiau ilgesnės lazdelės.

Pasirinkite vėliavėlę, kuri ryškiau išsiskiria iš jūsų bendro aplinkos vaizdo. Balta geriau stovint prieš medžius; raudona dažniausiai geriau esant dangaus vaizdui.



Naudojant Morzės kodavimą, vėliavėlė yra leidžiama į dešinę vietoj „ti“ ir į kairę vietoj „ta“.

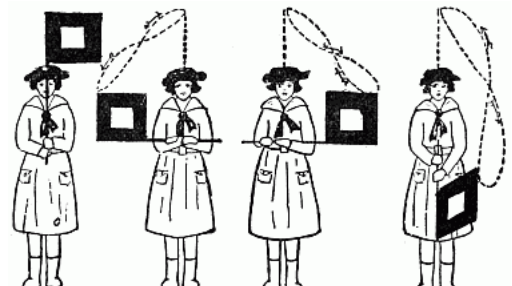
Laikant tiesiai, laikykite už lazdelės apačios su kaire ranka virš diržo vagies. Dešinę ranką laikykite maždaug 30 cm aukščiau kairės, įsikibusią į lazdelę prieš savo nosį ir šiek tiek pasvirusią į priekį.

Kad padarytumėte ženklą „ti“, laikykite kairę ranką ten, kur ji yra ir pamokite stiebą žemyn į dešinę ir vėl aukštyn. Judėkite pagal aštuoneto figūrą, išlaikydami stiebą taip, kad vėliavėlė nesusiraizgytų.

Kad padarytumėte ženklą „ta“, atlikite tą patį judesį tik į kairę. Kai „ti“ ir „ta“ būna kartu, atlikite vieną ilgą aštuoneto judesį nuo apačios vienoje pusėje iki apačios kitoje pusėje ir vėl aukštyn.

Mostelėjimas į priekį atliekamas vėliavėlę nuleidžiamame žemyn prieš jus.

Signalizavimo komanda susidaro iš dviejų jaunių: „signalizuotojo“ ir „raštininko“. Siunčiant žinią, raštininkas diktuoja žinią žodis po žodžio signalizuotojui, kuris ją siunčia. Kai žinia gaunama, signalizuotojas priima žinią ir diktuoja ją raštininkui, kuris ją užrašo. Jei signalizuojama tolimu atstumu, kur reikalingi žiūronai, tada reikia pridėti ir „stebėtoją“, kaip trečią žmogų su žiūronais.



Ryšio užmezgimui siunčianti komanda atsistoja atviroje vietoje ir pasirenka tinkamesnę, labiau kontrastuojančią su aplinka vėliavėlę. Signalizuotojas pradeda siųsti ilgas „A“ raidės serijas. Kai priimanti komanda pastebi, jie užima savo poziciją ir priimantis signalizuotojas mojuoja „K“ (anglu kalboje prasidedantis šia raide žodis reiškia „ aišku“) raidę, reiškiančią, jog jis ir jo raštininkas yra pasiruošę priimti.

Siunčiantis raštininkas pasako pirmąjį žodį, o signalizuotojas jį pasiunčia. Jis sudaro visą laišką su visais jo „ti“ ir „ta“ nesustodamas. Bet jis trumpai sustoja vertikaloje padėtyje po kiekvienos raidės ir atlieka mostą į priekį kiekvieno žodžio pabaigoje, tada vėliavėlę nuleidžia ir stebi priimančią signalizuotoją. Jei priėmėjas gavo aiškų signalą, jis pamojuoja atgal „E“, o siuntėjas tęsia toliau.

Sakinio pabaigoje signalizuotojas atlieka du mostus į priekį. Žinios pabaigoje jis signalizuoja „AR“ kaip vieną raidę. Tada jis laukia, kol priėmėjas patikrins žinią ir pamos „R“, reiškiančią, kad gavo visą aišką žinią. Ir tik tada signalizuotojai pasitraukia – nebent nori pakartoti.

Signalizuotojas gali padaryti klaidą. Jei taip nutinka, jis tučtuojau meta vėliavą į priekį ir tada atlieka aštuonis „ti“ ir mostą į priekį, o tada laukia atsakant „E“ raide. Tada jis vėl iš naujo siunčia suklystą žodį. Jei priėmėjas nesupranta žodžio, jis signalizuoja „IMI“ kaip vieną raidę, o siuntėjas kartoja paskutinį siųstą žodį. Visame signalizavime tikslumas yra svarbiau nei greitis. Greitis ateis natūraliai su praktika.

## Kurčiųjų abėcėlė

Girdintiems bendravimas vyksta per kalbėjimą. Kurtiesiems natūraliausias bendravimo būdas yra ženklų kalba ir pirštų abėcėlė. Išmokite pirštų abėcėlę ir išmėginkite šias veiklas. Daugelis signalizavimo žaidimų gali būti pritaikyti su kurčiųjų alfabetu.

### Signalizavimas prieblandoje:

Vedantysis meta skraidančią lėkštelę, prieš tai pasakydamas vieno iš dalyvių vardą, o po to alfabeto raidę. Įvardintas asmuo turi pirštais parodyti tą raidę prieš pagaudamas lėkštelę. Neteisingai parodytus raidę ar nepagavus lėkštelės, komanda gauna minus vieną tašką.

### Signalinis palietimas:

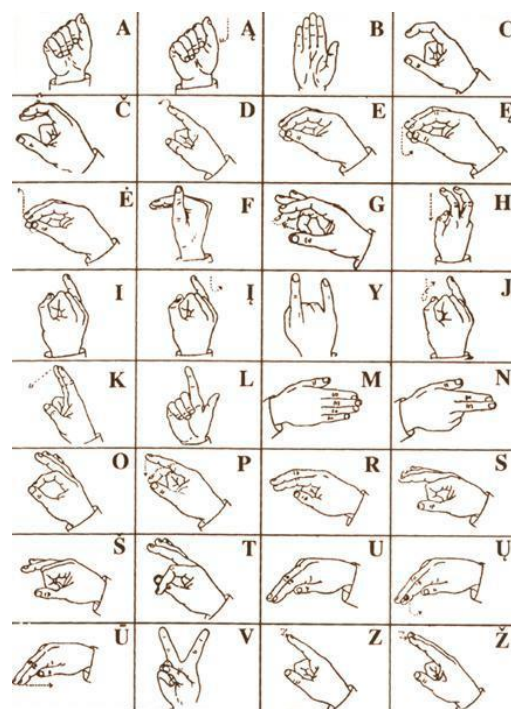
Komandos stovi eilėmis ir išsiskaičiavę. Vedantysis kurčiųjų kalba parodo raidę, o po to sako skaičių. Pirmasis tuo skaičiumi išsiskaičiavęs asmuo palietęs kažką kambaryje, kas prasideda ta raide, laimi komandai tašką. Jei daiktas kartą palietas, jo liesti antrą kartą nebegalima. Niekada nesakykite skaičiaus prieš parodydami raidę, nes tuo atveju tik tie asmenys bus susirūpinę suprasti, kokia tai raidė.

### Atnešk:

Komandos eilėmis stovi prieš vedantįjį, kuris kurčiųjų kalba parodo kažkokio dalyko pavadinimą. Pirmoji komanda, atnešusi tą dalyką vedančiajam, laimi. Variantas: signalizuojamas paliepimas ir, kas tą paliepimą įvykdo teisingai, laimi.

### Signalizuojančios kortelės:

Reikalingos nedidelės kortelės. Ant vienos pusės užklijuokite paveikslėlius su kurčiųjų abėcėlės raidėmis, parodytomis pirštais. Turėkite keletą abėcėlių komplektų. Išdėliokite apverstas korteles, o komanda susėda aplink. Vedantysis atverčia kortelę, o pirmasis, įvardinęs raidę, ją pasiima. Žaidėjas, turintis daugiausiai kortelių, laimi. Geriausiai žaidęs tampa vedančiuoju.



## GYVENIMO ĮGŪDŽIAI

### ☐ *Reikalavimas Nr.1*

Gauti vieną ženklą iš „Namų ūkio darbų“ kategorijos arba anksčiau neturėtą ženklą iš „Meno ir rankdarbių“ kategorijos.

#### **Tikslas**

Praplėsti kompanionų interesus ir vystyti asmeninius sugebėjimus, kurie suteiktų pasiekimo jausmą.

#### **Mokymo metodai**

Reikalavimai kiekvienam ženklui yra randami Pėdsekių ženklų vadove. Pastabas dėl kai kurių ženklų galima rasti jūsų vietinės konferencijos jaunimo departamente.

Padarykite šių ženklų mokymąsi kiek įmanoma įdomesniu. Jei įmanoma aplankykite tam tikras vietas ar pasikvieskite pokalbiui su grupe specialistą.

#### **Testavimo metodas**

Instruktorius turi būti patenkintas tuo, kaip asmuo įvykdo ženklo reikalavimus. Vadovas turi nusiųsti sėkmingai išlaikiusių kandidatų sąrašą į vietinės Konferencijos jaunimo departamentą, kuris ir išduos ženklo sertifikatą.

Ženklo reikalavimai, sutampantys su atliktu darbu mokykloje gali būti įskaityti, jei jaunius gauna pasirašytą pažymą, kad jis išpildė reikalavimus.

### *Pažangesniems*

### ☐ *Reikalavimas Nr.1*

Užbaigti vieną anksčiau neturėtą ženklą iš „Evangelizacinio tarnavimo“, „Sveikata ir mokslas“, „Profesijos“ ar „Žemės ūkio įgūdžių“ kategorijos.

#### **Tikslas**

Praplėsti kompanionų interesus ir vystyti asmeninius sugebėjimus, kurie suteiktų pasiekimo jausmą.

#### **Mokymo metodai**

Reikalavimas kiekvienam ženklui yra randamas Pėdsekių ženklų vadove. Pastabas dėl kai kurių ženklų galima rasti jūsų vietinės Konferencijos jaunimo departamente arba Generalinės konferencijos jaunimo departamento tinklapyje <http://youth.gc.adventist.org>.

Padarykite šių ženklų mokymąsi kiek įmanomą įdomesniu. Jei įmanoma aplankykite tam tikras vietas ar pasikvieskite pokalbiui su grupe specialistą.

~ Čia baigiasi reikalavimai „Tyrinėtojų“ klasei. ~